

# ZAKOCHANA W ŻYCIU. WARSZTATY ROMANTYCZNE DLA SENIOREK

kategoria:

**Dla seniorów**

autor: BPiNM/KS

**Akademicki Ośrodek Inicjatyw Artystycznych w Łodzi (90-403  
Łódź, ul. Zachodnia 54/56)**

**16.02.2023**

**godz. 15:30 - 18:30**

**AOIA zaprasza na wyjątkowe warsztaty dla kobiet, łączące elementy pracy z ciałem, tańca butoh, swobodnej ekspresji oraz rozmowy w kobiecym kręgu.**



„Droga Senioro, wybierz się z nami w kilkugodzinną podróż odkrywania, przeżywania i pogłębiania stanu wdzięczności i radości z samego faktu Istnienia. Owe stany pomagają nam w codzienności dostrzegać piękno, a wokół - dobro. Możemy być Zakochane w Życiu i przeżywać je w pełni, takie, jakie ono jest” - zapewnia prowadząca warsztaty.

Zapraszamy Cię na warsztat - trzy godziny, trzy jakości, trzy procesy twórcze. Od pracy z ciałem inspirowanej japońskim tańcem Butoh, Biodanza, Movement Medicine, przez pracę ze swoją Wewnętrzną Przewodniczką, po ekspresję w zaaranżowanej sali, bezpiecznej przestrzeni intymnego światła, zapachów świątynnych żywic, przy dźwiękach pięknej muzyki.

A poza tym - czas w towarzystwie innych Kobiet, rozmowy o życiu, dużo relaksu i łagodności:

- opowieści o higienie myśli i emocji wg mistyczek;
- o terapeutycznym oddziaływaniu tańca, muzyki i twórczych działań;
- czas podarowany najważniejszej Osobie w Twoim życiu - Tobie

Proszę przynieść ze sobą wygodne buty albo ciepłe skarpetki, ubranie, które nie krępuje ruchów, w którym czujemy komfortowo i pięknie. Warto też wziąć notatnik i długopis/ pióro/ ołówek, by w razie potrzeby zapisać ważne dla siebie informacje, myśli, refleksje.

Prowadząca - Kasia Kassija Tercz – stypendystka MKiDN, absolwentka rytmiki na Akademii Muzycznej w Łodzi, etnomuzykologii na Uniwersytecie Warszawskim. Pieśniarka, kompozytorka, performerka. Autorka muzyki do spektakli teatralnych, propagatorka rozwoju poprzez sztukę. Eksploruje przestrzenie i poziomy istnienia praktykując japoński taniec butoh i kontemplując przyrodę. Od wielu lat kreatywnie Pracuje, Poszukuje, Podróżuje. Tworzy i współtworzy projekty artystyczne solowe oraz we współpracy z placówkami, organizacjami kulturalnymi i edukacyjnymi, oraz artystami w Polsce i za granicą.

Wstęp: bezpłatny, obowiązują zapisy

Zapisy: sekretariat@aoia.pl, nr tel. 42 633 26 41

---

Wydarzenie finansowane ze środków Urzędu Miasta Łodzi w ramach zadania Centrum Aktywnego Seniora.