

## Workshop 18/2-19/2: Utforska dina resurser och hinder genom uttryckande konstterapi!



Vi erbjuder två dagars workshop i självutveckling med hjälp av uttryckande konstterapiens metoder. Under denna workshop leder vi dig genom olika kreativa uttryck: bild, drama, poesiskrivande och dans/ rörelse.

Vi människor har ett behov av att utforska, uttrycka, tydliggöra och gestalta det viktiga och essentiella i våra liv. Inom varje människa finns en skapande kraft och genom konstnärliga upplevelser och eget skapande kan vi bearbeta vår historia, söka mening, öka förmågan till samspel och påverka vår utveckling. Kom och utforska med oss!

**Kursledare:** Catrin Rodosi och Alva Uddenberg, båda studerar sitt avslutande år på Institutet Expressive Arts för att bli uttryckande konstterapeuter.

**Catrin Rodosi** är utbildad skådespelare vid bl.a. Teaterhögskolan i Helsingfors och arbetar nu på Bromma folkhögskola som kursföreståndare och teaterlärare på Teaterverkstan.

**Alva Uddenberg** är litteraturvetare, folkhögskollärare och skrivpedagog. Hon arbetar nu på Sundbybergs folkhögskola där hon är kursföreståndare och lärare på Skrivarlinjen, en ettårig utbildning i skönlitterärt skrivande.

**Pris:** 470 kronor per person för mat och kursmaterial. Denna 2-dagars workshop ges **lördag och söndag**. **Kurstiderna är:** 9.30-18.00 18/2, 9.00-16.30 19/2. **Anmälan senast 3/2. Anmälan:** [info@tollare.org](mailto:info@tollare.org) och ange namn, mobilnummer och email.

För mer info: <https://terapeuterna.wordpress.com/>

