

# ITSETUNTEMUKSESTA ELÄMÄNVOIMAA

Kuka olen roolieni takana? Uskallanko ilmaista, mitä todella tarvitsen?  
Otanko vastuuta elämästäni? Tule mukaan kahden illan tutkimusmatkalle!

**Tiistaisin 28.4. ja 5.5.2015 klo 17.00-20.00**

Tiedostaminen on ensimmäinen askel tiellä muutokseen:  
voit muuttaa vain sitä, mistä olet tietoinen. Kurssilla työskennellään  
luovasti niin yksin, kaksin kuin ryhmänäkin. Voit saada oivalluksia esimerkiksi  
tavastasi hakea kontaktia muiden kanssa - tai välttää sitä.



**Kurssin ohjaaja: hahmoterapeutti Katri Suvanto**  
Tiedustelut & ilmoittautuminen: puh. 040 764 9997,  
sähköposti: [katri.suvanto@gmail.com](mailto:katri.suvanto@gmail.com)  
Kurssipaikka: Era Nova Bookshopin sali, Kasarmikatu 2  
Kurssin hinta on 85 €, joka sisältää myös värit ja paperin