

TEMAT:

Skąd czerpię siłę?

ZATRZYMANIE 1

korzenie



ZADANIE:

*Znajdź w lesie coś, co symbolizuje
Twoje korzenie. Co Cię trzyma przy
życiu, daje siłę?*



KORZENIE

POCZUCIE SIŁY I WARTOŚCI



Korzeń – jestem zakorzeniona

**“MAM W SOBIE SIŁĘ,
KTÓREJ CZASEM
NIE ZAUWAŻAM”**



*Pomyśl, co Cię trzyma, gdy
życie wieje silnym wiatrem.*

Zapisz refleksję _____



Ziemia – stabilność

“
**NIE MUSZĘ SIĘ SPIESZYĆ.
WYSTARCZY, ŻE JESTEM**
”



*Zatrzymaj się i poczuj
grunt pod stopami.*

Zapisz refleksję _____



Źródło – to, co mnie karmi

“

**TO, CZYM SIĘ
OTACZAM, STAJE
SIĘ CZĘŚCIĄ MNIE**

”



*Czym karmisz swoje
ciąto, umysł, serce
i duszę na co dzień?*

Zapisz refleksję _____



Cień – moja delikatność

“

**NIE MUSZĘ BYĆ
SILNA ZAWSZE**

”



*Cień nie jest wrogiem. To
miejsce, gdzie rośnie spokój.*

Zapisz refleksję _____



Kamień – wytrwałość

“

**KAŻDY KROK,
NAWET MAŁY,
MA ZNACZENIE**

”



*Pamiętaj, że droga
też jest częścią celu.*

Zapisz refleksję _____



**KOMITET
DO SPRAW
POŻYTKU
PUBLICZNEGO**



Rządowy Program
Fundusz Inicjatyw
Obywatelskich
na lata 2021-2030
NOWE FIO

**SFINANSOWANO ZE ŚRODKÓW NARODOWEGO INSTYTUTU WOLNOŚCI – CENTRUM
ROZWOJU SPOŁECZEŃSTWA OBYWATELSKIEGO W RAMACH RZĄDOWEGO PROGRAMU
FUNDUSZ INICJATYW OBYWATELSKICH NOWEFIO NA LATA 2021-2030**



**FUNDACJA HOLISTYCZNE
CENTRUM WSPARCIA**