

## INSTRUKCE PRO ÚČASTNÍKY SEMINÁŘE GABBY HARRIS „KREATIVNÍ VYJADŘOVÁNÍ“

V NEDĚLI 2.6. 2019

Vážení a milí,



Už tuto NEDĚLI se sejdeme společně na celodenním semináři Gabby Harris „KREATIVNÍ VYJADŘOVÁNÍ“. Posílám Vám proto několik informací a prosím, abyste si je v zájmu co nejhladšího průběhu akce přečetli.

**NÁPLŇ A FORMA AKCE:** Jedná se o celodenní teoretický seminář založený na výkladu a prezentaci v Powerpointu. Obraz bude velký, výklad nazvučen. Jak je u Gabby zvykem, lze počítat, že udělá pro posluchače několik „cvičení s vlastní myslí“...ale to všechno uvidíme☺

**DOBA TRVÁNÍ:** Přednáška začíná v 10:00 a končí kolem 17:00. Kolem poledne bude hodinová pauza na oběd (viz dále). Do sálu bude umožněn **vstup od 9:30 (PROSÍM, NEVSTUPUJTE DŘÍV. PŘI VSTUPU SE OHLAŠTE**

ORGANIZÁTOROVI, KTERÝ VYŘIZUJE PREZENCI. KDO DOPOSUD NEZAPLATIL ÚČASTNICKÝ POPLATEK, MŮŽE TAK UČINIT I NA MÍSTĚ V HOTOVOSTI. Před seminářem nebo na jeho konci vám mohu vystavit na platbu doklad.

**JÍDLO A OSTATNÍ ZÁZEMÍ:** Sál je součástí restaurace, takže občerstvení i veškeré další zázemí restaurace a hotelu je v dosahu. Jídlo a pití si hradí každý účastník sám. **SPOLEČNÝ OBĚD** je zajištěn tak, že při vstupu mezi 9:30-10:00 nahlásí každý účastník přítomnému zaměstnanci restaurace svůj výběr ze tří jídel – nejspíš řízek a svíčková a jedno vegetariánské, cena kolem 120 Kč i s přílohou. Tyto porce budou připraveny na polední přestávku, jíme přímo v sále u stolů. Komu nabídka z těchto tří jídel nevyhovuje, může si objednat v restauraci sám, jen možná bude více čekat.

**DOPRAVA A PARKOVÁNÍ:** Pro přesnou adresu hotelu navštivte web <https://www.svornost.cz/kontakt> Z obou stran hotelu jsou parkoviště, pro zaparkování je místa dost. Hromadnou dopravou lze dorazit vlakem (z Masarykova nádraží) nebo autobusem MHD.

**PSI:** Psi mají do prostoru přístup, ale v sobotu a neděli s nimi nebudeme aktivně pracovat. Zvažte, zda pro ně bude pasivní čekání celý den vhodné a zda to zvládnou. Za svého psa (ať už jde o vodu, krmení, venčení či způsobené škody) si ručí každý majitel sám. Prosím jen o vzájemnou ohleduplnost.

**MALÉ KOMERČNÍ OKÉNKO:** Na místě bude přítomen i stánek nakladatelství PLOT s celým svým sortimentem **včetně obou knížek od Gabby**. Ke koupě bude i celý můj sortiment z <http://www.treninkjerozhovor.cz/cz/780/obchudek/> )

včetně mojí nové knížky Vystavování je hra

Těšíme se na Vás!

František Šusta [treninkjerozhovor@seznam.cz](mailto:treninkjerozhovor@seznam.cz)

737 208 994



NEPOVINNÝ DOMÁCÍ ÚKOL NA NEDĚLI (VOLUNTARY HOMEWORK FOR SUNDAY):

Ještě jedna věc - v propozicích bylo uvedeno, že součástí nedělní akce bude i vaše příprava, úkol přímo od Gabby. Tento úkol (nepovinný, samozřejmě), posílám níže

Dear friends, Gabby promised in the invitation text, that she will ask you to do a voluntary homework before coming to the seminar. The text of the homework you can find below the Czech version.

Text úkolu:

Milí účastníci semináře Kreativního vyjadřování,

těším se, až se s vámi brzy uvidím. Ráda bych, abyste před svou účastí pracovali na malém domácím úkolu. Jako obvykle nemáme žádná pravidla, nicméně vypracováním úkolů obohatíte svoje zkušenosti.

Ráda bych, abyste začali psát "ranní stránky", počínaje hned zítřejším ránem. A pak každé ráno, až do dne workshopu. Psaní "ranních stránek" znamená, že ihned po probuzení napíšete 3 stránky o čemkoli, co vám právě přijde na mysl. Stránky nejsou určeny k tomu, aby je četl někdo druhý. Je to jednoduše cvičení, které umožní mysli si ulevit. Je potřeba začít psát ihned po probuzení, protože v tu chvíli se může projevit nevědomí. Ráno před workshopem si můžete stránky projít a všimnout si jakýchkoli myšlenek, které budou vyčnívat a budou pro vás mít význam.

Pak bych byla ráda, abyste si na chvíli jen sedli se svým psem (nebo jiným vaším zvířetem), ideálně hodinu, pokud budete mít čas, a jen si užívali jeho přítomnosti, aniž byste si přitom všimali čehokoli jiného - telefonu, lidí atd. Na konci cvičení si pak zapište svoje pocity z té chvíle, kdy jen byli v přítomnosti se zvířetem.

Také bych byla ráda, abyste se zamysleli, kde vám v tréninku zvířat uniká úspěch. Kdybyste mohli mávnout kouzelnou hůlkou a problém spravit, kdy byste ji použili?

A nakonec, pro kreativní seminář, si sebou vezměte výtvarné potřeby - pastelky, křídly, barvy... Každý podle toho, s čím chcete pracovat. Pokud byste si chtěli přinést vlastní papír nebo plátno, tak můžete, ale papír můžu dodat. Není potřeba si s tím moc lámat hlavu, není potřeba, abyste uměli kreslit O:-)

Těším se na viděnou ♥ □

Gabby

English original version:

Dear creativity seminar participants. I look forward to spending time with all of you in a weeks time. I would like you to do a little home work before you attend. As always there are no rules. These activities will however enhance your experience.

I would like you to do morning pages from tomorrow morning. Every morning. until the workshop. What this entails is waking up and the first thing that you do is reach for the pen and paper which you would have left next to your bed and then write three pages of whatever comes into their mind. The pages are not for anyone to read. They are simply an exercise to allow the mind to offload. It needs to happen as you wake up because it becomes a channel from the unconscious mind. On the day before you come you can go through the pages and look for any thoughts that stand out. I would also like you all to sit with your dogs for a period (an hour would be great. In that time just enjoy the dog – without engaging with anything else – no people, phones etc. at the end of this period - write what your feelings are about the time only with the dog.

I would also like you to consider where in your animal training you are battling to succeed. If you could wave a magic wand to fix a problem in your training where would you use that wand?

Finally, for the creativity seminar, I need you to bring art supplies – paint, crayons, pencils – your medium of choice that you will use in activities. If you wish to bring special paper or canvas of choice that is cool, but I will supply simple paper. Not to worry - this does not mean you have to be good at art □

Look forward to spending time with all of you ♥ □

Gabby