



## Workshop torsdag 9 september:

# Rosenmetoden – Att beröra kroppen och nå själen

*”En friskvårdskväll för dig som är nyfiken på musklernas intelligens och avspänningens möjligheter.”*

Kom och upptäck mer om denna spännande avspännings- och beröringsmetod, utvecklad av kroppsterapeuten och sjukgymnasten Marion Rosen!

Rosenmetodens syfte är bl.a. att lösa upp muskelspänningar, att få kontakt med och uttrycka upplevelser och känslor man kanske tidigare inte haft möjlighet att bearbeta samt personlig utveckling. På det kroppsliga planet kan beröringen bidra till ökad rörlighet, ökad blodcirkulation, starkare immunförsvar och minskad smärta.

**Anna Mattsson**, Certifierad Rosenterapeut, berättar om Rosenmetoden och guidar deltagarna i övningar som leder till en djupare förståelse av metoden.

**Datum och tid:** Torsdag 9/9 kl 18.30-20.30

**Lokal:** Redbergsskolan, Örngatan 6

**Kostnad:** 100:-

Anmälan görs till Studieförbundet Vuxenskolan på telefon 031-707 18 00 eller via nätet:  
**[www.sv.se/goteborg](http://www.sv.se/goteborg)**

Frågor om workshopens innehåll m.m. besvaras av Anna Mattsson på telefon 0705-591749