



### **Kirjoittamisen 7 salaisuutta**

Haluatko oppia kirjoittamaan luovemmin, kiinnostavammin ja merkityksellisemmin? Kuuluuko kirjoittaminen työhösi tai onko se sinulle tärkeä harrastus? Oletko valmis oppimaan & oivaltamaan sanojen voiman inspiroivassa ja rauhoittavassa ympäristössä?

**Kirjoittamisen 7 salaisuutta** -kurssilla saat käytännön työkaluja, teet harjoituksia ja löydät innoitusta. Vahvistat käytännön kirjoittajaosaamista ja omaa, ainutlaatuista ääntäsi. Syvennät myös kirjoittajan itsetuntemustasi ja hyödynnät paremmin omia vahvuuksiasi.

Kurssilla sekä inspiroidutaan, että hiljennytään. Sen aikana tutkitaan kirjoittamisen avulla luovuutta, oman elämän merkityksellisyyttä, valintoja ja mielikuvituksen meille tarjoamaa lahjaa kurottautua kohti näkymätöntä.

Kurssilla käymme läpi seuraavia teemoja:

- \* Ideoiden salaisuuden
- \* Keskittymisen salaisuuden
- \* Kiinnostavuuden salaisuuden
- \* Rohkeuden salaisuuden
- \* Tarinoiden salaisuuden
- \* Näkökulmien salaisuuden ja
- \* Palautteen salaisuuden.

Työskentelemme kannustavassa ilmapiirissä.

**Kouluttaja, FM, kirjailija Mertzi Bergman**

#### **VALAMON OPISTO**

Valamontie 42, 79850 Uusi-Valamo  
Puh. 017 570 1401 • kurssit@valamo.fi  
[www.valamo.fi/opisto](http://www.valamo.fi/opisto)



**VALAMON OPISTO**  
VALAMO FOLKHÖGSKOLA



*Oppiminen kurssilla perustuu teemoja avaaviin ja kiteyttäviin harjoituksiin, tietoiskuihin ja yhteisiin keskusteluihin.*

*Kurssilla luodaan turvallinen ja inspiroiva tila olla ja oppia oma itsensä. Jokainen ajatus on arvokas, jokainen sana tärkeä, jokainen ihminen luova.*

## **Kirjoittamisen 7 salaisuutta**

**29.-31.3.2019**

### Perjantai 29.3.

- klo 15.00 Päivällinen
- klo 16.00 Kurssin avaus ja orientaatio
- klo 16.15 Kurssin tavoitteet ja ryhmän tutustuminen  
Ideoiden salaisuus ja kirjoittajan uteliaisuus  
avaimena mielikuvitukseen  
- *tietoiskuja, tiiviitä harjoituksia ja keskusteluja*

*klo 18.00 IX paastohetki, hetkipalvelus.  
Ennenpyhitettyjen Lahjain liturgia*

klo 19.30 Illtapala

### Lauantai 30.3.

- klo 06.00 Parastasis-aamupalvelus, liturgia*
- klo 07.30– Aamiainen
- klo 09.00 Keskittymisen salaisuus, läsnäolon keinot & ilo  
Rohkeuden salaisuus, luottamus omaan  
kirjoittajuuteen ja sanottavaan  
- *tietoiskuja, tiiviitä harjoituksia ja keskusteluja*
- klo 12.00 Lounas/*Moleben*
- klo 13.00 Kiinnostavuuden ja näkökulmien salaisuus  
Kieli, mieli ja uudelleen ajattelun menetelmät  
- *tietoiskuja, tiiviitä harjoituksia ja keskusteluja*
- klo 14.30 Kahvitauko*
- klo 15.00 Työskentely jatkuu
- klo 18.00 Vigilia*
- klo 19.30 Illtapala ja yötehtävään virittäytyminen

### Sunnuntai 31.3.

- klo 7.30– Aamiainen Trapesassa
- klo 9.00 III hetki ja p. Basileios Suuren liturgia*
- klo 10.00 Yötehtävän purku  
Tarinoiden salaisuus ja kertomisen taika  
Palautteen salaisuus ja kirjoittajana  
kehittymisen toivo  
- *tietoiskuja, tiiviitä harjoituksia ja keskusteluja*
- klo 12.00 Päätöslounas

**Lähtöpäivänä huoneet tulee luovuttaa kello 12.00 mennessä.**  
Avain palautetaan luostarin vastaanottoon

### Tervetuloa kurssille!

Saapuessasi luostariin ilmoittaudu vastaanotossa, josta saat huoneesi avaimen ja nimikortin. Kurssilaisia pyydetään pitämään nimikorttia esillä erityisesti Trapesassa asioidessaan. Ateriat ovat tarjolla ohjelmaan merkittyinä aikoina luostarin kahvila-ravintola Trapesan noutopöydässä. Ilmoittautumisen yhteydessä on hyvä mainita mahdolliset ruoka-ainerajoitukset.

*Luostarin veljestö toivottaa kurssilaiset lämpimästi tervetulleiksi luostarin jumalanpalveluksiin.*

- 247 €/OH1
- 221 €/hlö/OH2

Hintaan sisältyy opetus, majoitus sekä ohjelmaan merkityt ruokailut.

Opetuksen osuus 16h.

### Lisätietoja ja ilmoittautumiset 15.3.2019 mennessä.

puh. 017 570 1401, [kurssit@valamo.fi](mailto:kurssit@valamo.fi), [www.valamo.fi/valamon-opisto](http://www.valamo.fi/valamon-opisto)

Oikeudet muutoksiin pidätetään.