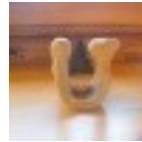


A TÁMOGATÓ, TEREMTŐ FIGYELEM MŰVÉSZETE
AZ ÖN- ÉS TÁRS-SEGÍTÉS TEREI
ÉRZELMI OLDÁS A TEST-TUDAT ÉRTŐ MUNKÁJÁVAL
ASSZERTIV JELENLÉT ÉS TISZTA KOMMUNIKÁCIÓ



COCO
HUNGARY

Mi is a coco számomra?

„Pontosan az az emberi támogatás, amit a régmúltban a szoros emberi közösség adott, csak az tele volt tűzdelve kötelező szokásokkal. Viszont a coco-ban ezt a támogatást szabadon, kölcsönösen, és egyenrangúan kapom. Egy ülés alatt a hangosan kimondottak lendítenek, az érzelmeim csatornát kapnak és új belátásaim születnek. Az egészről a legfontosabb a másik jelenléte. Ez annyira erőteljes hatású, hogy eltörpül mellette az egyedül végzett "bármí". Kami

'A coco teremtő tevékenység.,
Feri

Képzők:

Ruzsa Ágota Éva
László Sarolta
és coco segítők

COCO HUNGARY,
1986. óta a magyar lelki-
mentálhigiénés,
önsegítő-önfejlesztő
kultúrában

Honlap:

www.cocohungary.com

[Facebook](#)

[You Tube](#)

Telefonszám:

06302382725, Ágota

06309339070, Saci

E-mail:

cocohungary@gmail.com

CO-COUNSELLING ŐSZI ALAPKÉPZÉS
NOVEMBER 5, 19, ÉS DECEMBER 10-11. ÉS KÖZTE
MINDEN CSÜTÖRTÖK ESTE F6-F9 A LÁNCHÍDNÁL



*Nem tudsz mit kezdeni az érzelmeiddel?
Túl sokszor, vagy soha és egyáltalán nem csordul ki?
Nehezen döntesz, pánikba esel, hosszan latolgatsz, tanácsot kérsz, de semmi nem OK?
Túlzott benned a kontrol vágy mások és önmagad életében? Nem illik, nem szabad, nem lehet, és amúgy is mi-
nek és miért, hisz minden fölösleges?
Gyakran eldurran az agyad? Vagy éppen sokat és sok-
szor nyelsz és magadba tartod?
Nehezen tudsz a Jelen teremtő figyelmében megmarad-
ni? Támogató, segítő, de nem pátyolgató közösségre
vágysz? Olyanra, ahol és akikkel ÖNMAGAD lehetsz?*

Akkor várunk közénk:

[itt](#), ha jelentkezni akarsz és [itt](#), ha kérdésed van.

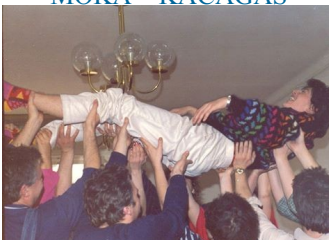
BELÉPÉS ÖNMAGUNKBA



KÖZÖSSÉG



MÓKA—KACAGÁS



CCI

co-counselling
co-creation
co-coaching



MINDFUL JELENLÉT



SZERETŐ JELENLÉT



www.cocohungary.com