



# Sommer, sol og drømmen om kærlighed på Ærø

Et oplevelsesorienteret kursus for par og enlige om kontakt, nærhed, glæde  
- og om at forstå hinanden og sig selv  
med Maria Marcus og Per Holm Knudsen

## Hjertet i himlen og fødderne på jorden !

Du har en drøm - om kærlighed. Hvordan ser drømmen ud?

Går du og venter på en drømmekæreste - som skal finde dig? Eller er det dig selv der skal finde din kæreste, på cafeen, på nettet, i den blå lagune ...

Troede du engang, at nu havde du fundet den rigtige - og i dag er du skuffet?

Men måske bliver alt godt, hvis bare din kæreste vil lave sig lidt om...

Eller er det dig, der skal laves om? Du burde være smukkere, klogere, tyndere, yngre, frækkere, mere underholdende, så ville du gøre dig fortjent til kærlighed?

Vi vil bruge en sommeruge på Ærø til at se nærmere på drømmen og finde frem til, hvad der skygger for at den kan gå i opfyldelse. Vi vil øve os i at lytte og forstå og respektere hinandens forskelligheder - og få øje på de ressourcer, som de rummer.

Vi vil gå på jagt efter vores blinde pletter. Vi vil sammen se på længslen efter kærligheden og seksualiteten og angsten for at overgive os til den. Vi vil forsøge at finde ud af, hvad der kan laves om, og hvordan det kan lade sig gøre - men også lære at elske det, som **er**, i stedet for at sukke efter det, som **ikke er**. Forbinde vores drømme med virkeligheden.

Vi vil bruge gestaltterapi for at komme i kontakt med følelsesmæssige blokeringer og forvandle dem til nye muligheder. Vi vil bruge kropsterapi for at komme i kontakt med fysiske spændinger og opdage ubrugte ressourcer.

Vi vil bevæge os, tegne, danse, fortælle og lytte. Trække vejret, lave bioenergetiske øvelser, mærke vores krop og sjæl, tage livet alvorligt og have det sjovt - kort sagt opleve.

Vi vil arbejde med hele gruppen samt med enkelte individuelt i gruppen. Vi vil støtte og styrke dit selvværd som mand eller kvinde. Vi er erfarne terapeuter med respekt for dine personlige grænser, og vi glæder os til at møde dig som den du er.

Vi har lavet sommerkurser på Ærø siden 1988 - og 2009 er næstsidste år på Ærø.

**Kursus B: 19.-25 juli 2009**

**Sted:** Ærø Efterskole,  
Tranderupgade 61, Tranderup, 5970 Ærøskøbing  
☎ 62 52 17 24 / Kursister ☎ 62 52 27 77  
Indkvartering i enkelt- og dobbeltværelser.  
Ca. 2 km til en ren og frisk badestrand.

**Tider:** Ankomst søndag eftermiddag (kl. 15-18). Kursusstart kl. 19.00 - 22.00  
Vi arbejder dagligt kl. 9.00 - 13.00 og kl. 19.00 - ca. 21.30  
Om eftermiddagen holder vi fri. Fredag aften fest.  
Lørdag arbejder vi kl. 9.00 - 12.30, derpå rengøring af  
værelser m.m. og afrejse tidligst kl. 14.30

**Kursusafgift:** 3.795 kr. **Logi:** 600 kr. **Kost** inkl. delvis køkkenhjælp: ca. 1.100 kr.

**Du tilmelder dig** ved at indbetale depositum på 1.000 kr. til konto nr.: **7187 1084795**, Jyske bank, Banealle 6, 8450 Hammel eller pr. check. til M&K-Kurser, Per Holm Knudsen, Tommesensvej 2, 8450 Hammel. Restbeløbet betales senest én måned før kursets start og fra denne dato er tilmeldingen bindende.

**Kost** afregnes på stedet efter kurset. Se <http://www.mkkurser.dk/mkbank01.htm>

**NB!** Husk at få alle relevante oplysninger med ved tilmelding: Navn, adresse, tlf., email osv.

**Deltagere:** Kurset henvender sig til både kvinder og mænd, enlige og par, og der tilstræbes en ligelig kønsfordeling. Begrænset deltagerantal, så hurtig tilmelding tilrådes.

**Kursusledere:** **Maria Marcus**, Blågårdsgade 15, 4. th., 2200 København N  
☎ 35 35 22 03

**Per Holm Knudsen**, Tommesensvej 2, 8450 Hammel  
☎ 86 96 20 03

**Email:** [kursus@mkkurser.dk](mailto:kursus@mkkurser.dk) / **Hjemmeside:** [www.mkkurser.dk](http://www.mkkurser.dk)

**Husk at medbringe** løst tøj, indesko, tæppe, sengetøj inkl. dyne/sovepose og håndklæde.

**Ring**, hvis du ønsker yderligere oplysninger om kurserne.

#### **Færger - oplysning/bilreservation:**

Fåborg<=>Søby	☎ 62 52 40 00
Svendborg<=>Ærøskøbing	☎ 62 52 40 00
Rudkøbing<=>Marstal	☎ 62 52 40 00
Mommark<=>Søby	☎ 62 58 17 17

**Husk bilreservation i god tid!**

**Individuel og parterapi** efter aftale ☎ 35 35 22 03 / ☎ 86 96 20 03

