

TĚLO | SMYSLY | TVORBA

ROZVOJ KREATIVITY SKRZE POHYB,
OBRAZ A SYMBOL.

SVITAVY · ČERVEN - ŘÍJEN 2026
MAROKO · LISTOPAD 2026

BTC
/ 026

SÉRIE VÍKENDOVÝCH SETKÁNÍ, JEJICHŽ
CÍLEM JE OTEVÍRAT AUTENTICKOU
KREATIVITU A PROHLUBOVAT VZTAH
K SOBĚ SAMÉ I K OKOLNÍMU SVĚTU
PROSTŘEDNICTVÍM PRÁCE S TĚLEM,
SMYSLOVÉHO VNÍMÁNÍ A TVORBY.

PROCES PROBÍHÁ SKRZE KOMBINACI
SOMATICKÝCH PŘÍSTUPŮ, POHYBU,
VIZUÁLNÍ TVORBY, PSANÍ A VNÍMÁNÍ
PROSTORU, KTERÉ POSTUPNĚ ROZVÍJEJÍ
CITLIVOST K VLASTNÍ ZKUŠENOSTI A
PODPORUJÍ PŘIROZENÉ PROBOUZENÍ
KREATIVITY JAKO ŽIVÉHO PROCESU.

2026 SERIES

PROHLOUBENÍ
KREATIVITY SKRZE
TĚLO, SMYSLY A
Tvorbu.

2026 SERIES

ZÁKLADNÍ INFORMACE

ČERVEN – ŘÍJEN 2026 | SVITAVY
LISTOPAD 2026 | MAROKO

Tento cyklus je navržen jako postupně se prohlubující proces tvořený čtyřmi setkáními, která probíhají v prostorách Nadace Josefa Plívy ve Svitavách.

Je možné se účastnit celého cyklu nebo jednotlivých setkání samostatně. Každé setkání představuje samostatnou kapitolu procesu a otevírá další vrstvu vnímání – od jemného naladění na tělo a přítomnost až po hlubší kreativní a vnitřní práci. Tento cyklus je otevřený pouze pro ženy.

Setkání probíhají v červnu, srpnu, září a říjnu ve Svitavách a vrcholí týdenní rezidencí v Maroku. Červenec je věnován individuální integraci a jemnému prohlubování zkušenosti mezi měsíčními bloky. Účastnice celého cyklu získají mezi setkáními tematická týdenní zadání pro kontinuální prohlubování procesu.

Pracujeme prostřednictvím kombinace:

- práce s tělem (somatika, pohyb)
- vizuální tvorby (kresba, objekty, instalace)
- psaní (reflexivní i poetické)
- vnímání prostoru a přírody

Důraz není kladen na výkon ani finální výsledek, ale na postupné prohlubování vztahu k sobě samé skrze smysly, tělo a kreativní proces.

Počet míst je omezen, aby byl zachován intimní a bezpečný prostor.

MOŽNOSTI ÚČASTI

01

CELÝ CYKLUS (5 MĚSÍCŮ)
(doporučeno pro plnou hloubku procesu)

Skutečná hloubka vzniká v kontinuitě.
Účastí na celém cyklu:

- vstupujete do postupně se rozvíjejícího procesu, nikoli pouze jednorázového zážitku
- mezi setkáními obdržíte týdenní online zadání pro jemné prohlubování
- vaše tvorba a vnímání se budou přirozeně vrstvit a rozvíjet
- vzniká stabilní skupina a bezpečný sdílený prostor

02

JEDNOTLIVÁ SETKÁNÍ

Jednotlivá setkání fungují jako uzavřené celky a jsou otevřená i novým účastnicím.

Po každém setkání účastnice obdrží krátké integrační doporučení pro vlastní praxi.

ČERVEN

VSTUP DO PROCESU

5-7 ČERVEN 2026 | SVITAVY

PŘIHLÁŠKA

TÉMA: Ukotvení, bezpečí, první kontakt

FORMÁT: 3 dny (pátek–neděle)

CENA: 2 900 Kč

Jemné naladění na tělo a smysly jako základní mapu tvořivosti.
Vytvoření bezpečného pole pro zastavení vnějšího šumu a probuzení
intuitivního vnímání přítomnosti.

Zaměření:

- naladění na tělo a přítomnost
- probuzení smyslového vnímání
- první kontakt s tvorbou

Záměr: vytvořit bezpečný rámec a otevřít vnímání.

01

SVITAVY

SRPEN

TĚLO JAKO ZDROJ KREATIVITY

14-16 SRPEN 2026 | SVITAVY

PŘIHLÁŠKA

TÉMA: Embodiment, identita, intuice.

FORMÁT: 3 dny (pátek–neděle)

CENA: 2 900 Kč

Ponor do hloubky vlastní imaginace skrze pohyb a obraz. Zkoumání
vnitřní krajiny jako zdroje osobního vyjádření a budování důvěry v
inteligenci vlastního těla.

Zaměření:

- propojení těla a tvorby
- práci s pohybem a kresbou
- vztah k prostoru a přírodě
- první vrstvy osobního vyjádření

Záměr: začít důvěřovat vlastnímu vnitřnímu procesu.

02

SVITAVY

2026 SERIES

08

2026 SERIES

09

ZAŘÍ

VZTAH MEZI VNITŘNÍM A VNĚJŠÍM SVĚTEM

11-13 ZAŘÍ 2026 | SVITAVY

PŘIHLÁŠKA

03

SVITAVY

TÉMA: Hranice, kontakt, dialog
FORMÁT: 3 dny (pátek–neděle)
CENA: 2 900 Kč

Zkoumání prostoru „mezi“ já a ty. Hledání rovnováhy mezi integritou vlastního nitra a odvahou nechat svou tvorbu vidět, zrcadlit a sdílet v poli skupiny.

Zaměříme se na:

- vztah k sobě a k druhým v tvůrčím procesu
- vnímání hranic a společného prostoru
- práci ve dvojicích a skupině jako formu dialogu
- rozvoj autentického hlasu a jeho sdílení navenek

Záměr: stabilizovat vnitřní proces a prozkoumat jeho sdílení s okolím.

ŘÍJEN

SETKÁNÍ S VNITŘNÍMI ARCHETYPY

16-18 ŘÍJEN 2026 | SVITAVY

PŘIHLÁŠKA

04

SVITAVY

TÉMA: Symbol, vnitřní struktury, stín
FORMÁT: 3 dny (pátek–neděle)
CENA: 2 900 Kč

Vstup do hlubších vrstev psyché a práce s archetypálními obrazy. Integrace kontrastních stránek identity skrze symbolickou tvorbu a zkoumání osobní mytologie.

Zaměříme se na:

- práci s archetypy a symboly
- rozšíření vnímání identity
- hlubší kreativní proces
- zkoumání kontrastních aspektů vnitřního světa (světlo / stín)

Záměr: prozkoumat různé části sebe sama, otevřít komplexitu vnitřního světa a začít jejich vědomé vnímání.

LISTOPAD

INTEGRACE V JINÉM KULTURNÍM KONTEXTU

15-22 LISTOPAD 2026
DAR DROUJ, FEZ, MAROKO

PŘIHLÁŠKA

VÍCE INFO

TÉMA: Integrace, kontext, tvorba v prostoru

FORMÁT: 7 dní (neděle–neděle)

CENA: 25 000 Kč

- Ubytování je zahrnuto v ceně (bez dopravy).
- Pokoje sdílené (2 osoby).
- Možnost jednolůžkového pokoje za příplatek 6 200 Kč.

V ceně je zahrnuto:

- snídane každý den
- 3× oběd, 3× večeře
- komentovaná prohlídka města Fez
- voda, čaj a ovoce po celý den

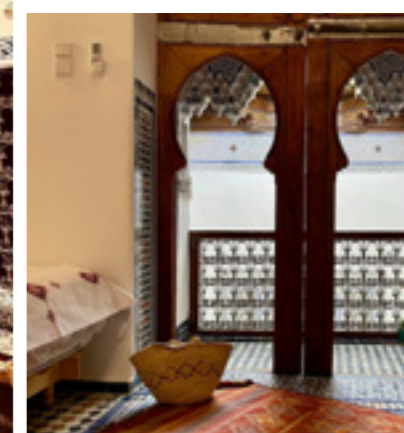
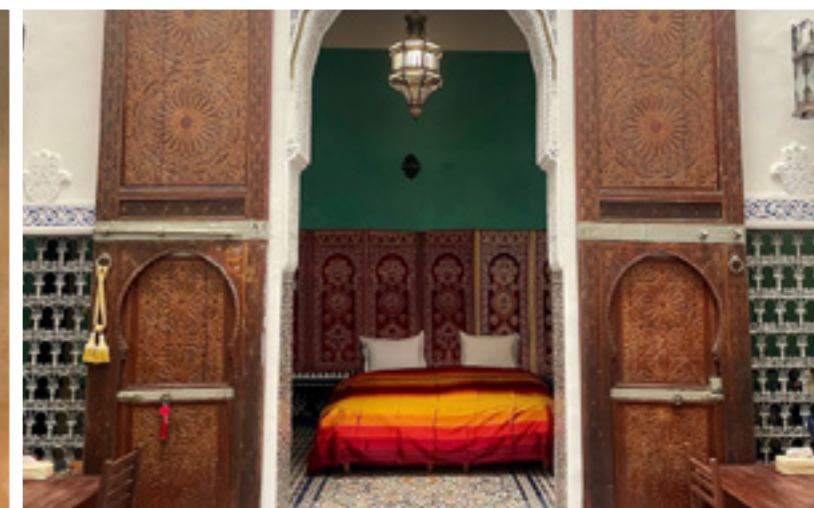
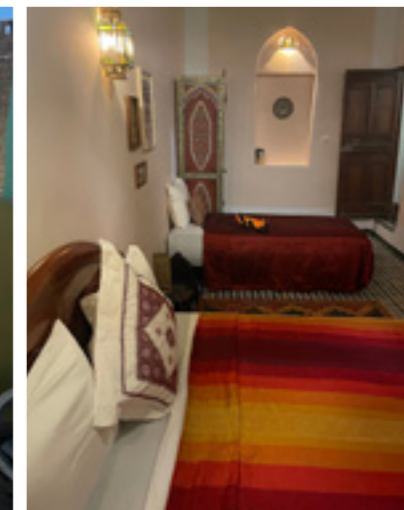
Závěrečná rezidence přináší změnu prostředí, která přirozeně otevírá nové vrstvy vnímání a prohlubuje celý proces.

Zaměříme se na:

- dialog s místem a lokální kulturou
- sběr objektů a práce s materiálem v prostoru
- site-specific explorace
- kolektivní tvorba
- integrace celého procesu

Záměr: propojit vnitřní proces s vnějším světem a uzavřít cyklus.

MAROKO



MAROKO

O FACILITÁTORCE

Lucie Blaze

Vizuální umělkyně a zakladatelka platformy Born to Create

Jmenuji se Lucie, pocházím ze Svitav a posledních jedenáct let jsem žila na Novém Zélandu. Právě tam vznikl projekt Born to Create. Je to prostor, kde zkoumáme kreativitu jako živý a ztělesněný proces – něco, co není výsadou umělců, ale přirozenou součástí každého z nás.

Můj přístup vychází z přesvědčení, že kreativita je nástrojem individuální autonomie i kolektivní obnovy. Namísto důrazu na finální výsledek se soustředím na samotný proces: na jemné momenty intuice, rozhodování a intuitivních posunů, které formují naši tvorbu i nás samotné.

Metodologické základy a vzdělání

Moje praxe stojí na interdisciplinárním základě, který propojuje historii umění, vizuální myšlení a hlubinné psychologické přístupy. Tato cesta formovala strukturu programu jako bezpečného prostoru pro vědomé a postupné zkoumání tvořivosti:

- Teorie a dějiny umění | UPOL, Česká republika
- Grafický design, Studio 01 | UJEP, Česká republika
- Vizuální komunikace | Maryse École Eloy, Francie
- Postgraduální studium arteterapie | Whitecliffe, Nový Zéland
- Psychosyntéza (Roční integrační výcvik) | Psychosynthesis Institute, Nový Zéland
- Performance a kulturní praktiky | School of Disobedience, Maďarsko

Umělecká a lektorská praxe

Zkušenosti ze studia somatických přístupů a pohybových praxí, spolu s vedením skupinových i individuálních procesů, tvoří jádro mé současné práce. Vedle facilitace se věnuji vlastní umělecké praxi – malbě, ilustraci, tanci a poezii. Dlouhodobě vedu rozhovory s tvůrci o jejich vnitřních procesech a organizuji výstavy a diskuse, které otevírají témata současné kreativity a odvahy tvořit z vlastního středu.




Program ve Svitavách a v Maroku je vyústěním těchto let hledání, studia a praxe. Je pozvánkou do prostoru, kde utichá vnější šum a aktivuje se vaše vnitřní navigace.

Umělecká a lektorská praxe

Moje cesta k facilitaci vedla skrze různorodé komunity a hluboké lidské příběhy. Zkušenosti ze studia somatických přístupů a pohybu propojují s praxí v terénu – od art-mentoringu pro organizace jako Connect the Dots nebo Ngā Rangatahi Toa v Aucklandu, až po vedení kreativních workshopů pro ženy a dospívající.

Zásadní pro můj přístup byla také práce v hospici, kde jsem se skrze kreativní doprovázení učila vnímat ty nejjemnější vrstvy lidské komunikace a přítomnosti. Tato setkání, spolu s vedením skupinových i individuálních procesů, tvoří jádro mé současné práce.

Vedle provázení skupin se věnuji vlastní interdisciplinární tvorbě – malba, ilustrace, tanec a performance. Zajímají mě vnitřní mechanismy kreativity, což se propisuje jak do mých rozhovorů s umělci, tak do výstavních projektů zaměřených na téma autentického sebevyjádření.

 @im_lucie_blaze

www.lucie-blaze.com

CENÍK

CENY / SLEVY

Zvýhodněná cena je určena pro účastnice, které se přihlásí na celý cyklus.

PŘIHLÁŠKA

SLEVY	PROGRAM 2026 – SVITAVY	
	18-20 ČERVEN 2026 SVITAVY	2900 Kč
	14-16 SRPEN 2026 SVITAVY	2900 Kč
	21-23 ZARÍ 2026 SVITAVY	2900 Kč
	15-17 ŘÍJEN 2026 SVITAVY	2900 Kč
SLEVA PLATÍ PRO PŘIHLÁŠKY DO 1. KVĚTNA 2026	CELÝ CYKLUS (ČERVEN-ŘÍJEN)	11 600 Kč
10 440 Kč (-10 % DOLŮ)		

Od 2. května platí standardní cena za celý cyklus 11 600 Kč nebo možnost hradit jednotlivá setkání (2 900 Kč / víkend).

PRO UPLATNĚNÍ SLEVY NA REZIDENCI V MAROKU JE NUTNÉ SE PŘIHLÁSIT DO 20. ČERVENCE 2026

ART RESIDENCY – MAROKO	
15-22 LISTOPAD 2026 MAROKO	25 000 Kč

ÚČASTNICE, KTERÉ ABSOLVUJÍ CELÝ 5MĚSÍČNÍ CYKLUS, ZÍSKÁVAJÍ: **22 500 Kč (-10 % DOLŮ)**
→ 10% ZVÝHODNĚNÍ NA NAVAZUJÍCÍ REZIDENČNÍ POBYT V MAROKU

Ubytování je možné zajistit přímo v prostorách Nadace Josefa Plívy za cenu 150 Kč / noc. Stravování není součástí ceny programu.

Po celou dobu je k dispozici lehké občerstvení, sdílená kuchyňka, čaj a káva.

HARMONOGRAM

Každé setkání má jasnou, ale otevřenou strukturu, která podporuje jak individuální proces, tak sdílený prostor skupiny.

PÁTEK 18:00 – 21:00

- 18:00 – 19:00 Úvodní setkání – představení, záměr, vytvoření společného rámce
- 19:00 – 19:15 Otevření kruhu
- 19:15 – 20:00 Kreativní reflexe
- 20:00 – 20:30 Lehké občerstvení / neformální sdílení
- 20:30 – 20:45 Závěrečné gesto / slovo
- 20:45 – 21:00 Uzavření večera a odchod

SOBOTA 9:45 – 19:00

- 09:45 – 10:00 Otevření dne (kruh)
- 10:00 – 12:00 Tvořivý blok I
- 12:00 – 13:30 Pauza na oběd a integraci (individuálně)
- 13:30 – 15:30 Tvořivý blok II
- 15:30 – 16:00 Pauza (čaj, ovoce, lehké občerstvení)
- 16:00 – 17:30 Tvořivý blok III
- 17:30 – 18:00 Sdílení a reflexe dne

NEDĚLE 9:45 – 18:00

- 09:45 – 10:00 Otevření dne (kruh)
- 10:00 – 12:00 Tvořivý blok I
- 12:00 – 13:00 Pauza na oběd a integraci (individuálně)
- 13:00 – 15:00 Tvořivý blok II
- 15:00 – 15:30 Pauza (čaj, ovoce, lehké občerstvení)
- 15:30 – 17:30 Tvořivý blok III
- 17:30 – 18:00 Závěrečná reflexe a uzavření
- 18:00 Odjezd

METODOLOGICKÉ UKOTVENÍ

Program vychází z kombinace současných přístupů v oblasti somatické práce, expresivních umění a současné psychologie. Jednotlivé modalitty jsou využívány jako nástroje pro rozvoj vnímání, kreativity a vztahu k sobě samé.

Somatické vnímání a práce s tělem

Vychází z principů embodimentu a regulace nervového systému. Skrze pohyb, dech a vědomou pozornost se rozvíjí schopnost vnímat tělo jako zdroj informací, orientace a vnitřní stability.

Focusing-Oriented Art Therapy (FOAT)

Přístup propojující tělesné prožívání (tzv. felt sense) s vizuálním a symbolickým vyjádřením. Podporuje kontakt s vnitřní zkušeností a její postupné zpracování prostřednictvím obrazu a dialogu.

Expresivní umění (kresba, koláž, psaní)

Procesně orientovaná tvorba, ve které není kladen důraz na výsledek, ale na samotný akt tvorby jako způsob vnímání, myšlení a poznávání.

Postmoderní a narativní přístupy

Práce s mnohostí identit, vnitřními hlasy a osobními příběhy. Umožňuje rozvolnit fixní sebepojetí a otevírat nové perspektivy pro vnímání sebe sama.

Gestalt a humanistické principy

Zaměření na přítomný okamžik, autentický prožitek a vztah mezi vnitřní zkušeností a jejím vyjádřením.

Práce se symboly, archetypy a imaginací

Vychází z principů hlubinné psychologie. Symbolické obrazy zde fungují jako prostředník mezi vědomou a nevědomou rovinou zkušenosti.

Kolektivní tvorba a sdílení

Skupinový proces jako prostor pro zrcadlení, vztahovost a rozšíření individuální zkušenosti. Sdílení probíhá v respektujícím a nehodnotícím rámci.

DISCLAIMER

DŮLEŽITÉ INFORMACE K ÚČASTI

MUSÍM UMĚT MALOVAT NEBO MÍT ZKUŠENOSTI S TANCEM?

Vůbec ne. Pracujeme s „vlastním výrazem“. Nejde o to, jak obraz vypadá nebo jak technicky dokonalý je pohyb, ale o to, co skrze ně prožíváte. Důležitá je jen vaše zvědavost.

CO KDYŽ NEMOHU PŘIJET NA VŠECHNA ČTYŘI SETKÁNÍ?

Cyklus je navržen jako postupně se prohlubující proces, ale každé setkání (01–04) je zároveň uzavřenou kapitolou. Můžete se přihlásit na jedno konkrétní téma, které vás láká, nebo projít celou cestu.

CO SI MÁM VZÍT S SEBOU?

Doporučuji pohodlné oblečení, ve kterém se můžete volně hýbat a kterému nevadí případná skvrna od barvy. Veškeré výtvarné materiály jsou zahrnuty v ceně a budou pro vás připraveny na místě. Jediné, co si vezmete s sebou, je deník/notes na psaní a skicování (ideálně formát A3 s papírem, který udrží i barvy).

JAK VELKÁ JE SKUPINA?

Pracujeme v komorním kruhu. Kapacita je omezena na 12 účastníků.

MUSÍM ABSOLVOVAT VŠECHNA SETKÁNÍ, ABYCH MOHLA JET DO MAROKA?

Není to podmínkou, ale účastníci cyklu mají přednostní právo na místo a zvýhodněnou cenu na závěrečnou rezidenci.

JE MOŽNÉ UBYTOVÁNÍ?

Ano. Pro účastníky je zajištěno velmi dostupné ubytování přímo v místě konání (v prostorách nadace) za symbolickou cenu 150 Kč / noc.

DISCLAIMER

Tento program není psychoterapií ani její náhradou. Jedná se o edukativní a zážitkový formát, který vychází z principů somatického vnímání, expresivních umění a současných psychologických přístupů. V průběhu programu může přirozeně docházet k otevírání hlubších introspektivních procesů. Tyto procesy však nejsou cíleně facilitovány jako terapeutická intervence.

Účastnicím celého cyklu doporučujeme mít k dispozici vlastní podpůrný rámec (např. kontinuální spolupráci s terapeutem či jinou formu odborné podpory).

Program je veden s důrazem na seberegulaci, postupné dávkování zkušenosti a její integraci. Odpovědnost za vlastní proces zůstává vždy na straně účastnice.

PLATEBNÍ A STORNO PODMÍNKY

Místo v sebezkušenostním procesu je závazně potvrzeno po přijetí plné platby na účet. Prosíme o úhradu do 3 pracovních dnů od odeslání přihlášky, jinak bude místo uvolněno dalším zájemcům.

Ceny:

- CELÝ CYKLUS (4 SETKÁNÍ): 10 440 Kč
(ZVÝHODNĚNÁ CENA -10 % PŘI ÚHRADĚ DO 1. KVĚTNA 2026).
- JEDNOTLIVÉ SETKÁNÍ: 2 900 Kč.

STORNO PODMÍNKY (PŘI ZRUŠENÍ ZE STRANY ÚČASTNICE)

V případě zrušení účasti se uhrazená částka vrací následovně:

- Více než 30 dní před začátkem: Vracíme zaplacenou částku sníženou o fixní nevratný rezervační poplatek, který kryje administrativní náklady spojené s uvolněním místa (500 Kč u jednotlivého setkání / 1 500 Kč u celého cyklu).
- 14–30 dní před začátkem: Vracíme 50 % z celkové zaplacené částky za dané setkání/cyklus.
- Méně než 14 dní před začátkem: Uhrazená částka je nevratná.
- Absence v průběhu cyklu: U předplaceného celého cyklu se za neúčast na jednotlivých víkendech peníze nevrací (platíte za kontinuitu procesu a blokaci místa v uzavřené skupině).
- Alternativa: Účastnice za sebe může kdykoliv poslat náhradnici.

ODPOVĚDNOST A POVAHA PROCESU

Workshop má sebezkušenostní charakter. Nenahrazuje psychoterapii ani zdravotní péči. Každá účastnice odpovídá za svou fyzickou i psychickou integritu. V případě zrušení akce ze strany organizátora bude vrácena plná zaplacená částka.

POZNÁMKA K REZIDENCI V MAROKU

Závěrečná výjezdní rezidence (Listopad 2026) má odlišný organizační i finanční režim. Veškeré detaily, metodologii a specifické podmínky pro tento výjezd najdete v samostatné informační brožuře a na dedikované webové stránce. Účastnice cyklu ve Svitavách mají na rezidenci přednostní právo a zvýhodněnou cenu.

DOTAZY A KONTAKT

Věřím, že v této brožuře i na webu najdete veškeré faktické odpovědi pro své rozhodnutí. Pokud však narazíte na specifickou otázku, kterou text nepokrývá, napište mi na:

lucieblazedesign@gmail.com

Těším se na naše společné setkání v bezpečném tvůrčím poli.

WWW.BORN-TO-CREATE.ORG