

MĚSTO  ŠLAPANICE

RELAXAČNÍ DOPOLEDNE PRO SENIORY

**ČTVRTEK 9. LISTOPADU 2023
9.30 HODIN
MĚSTSKÁ KNIHOVNA**

SNOEZELN - RELAXAČNÍ DOPOLEDNE PRO SENIORY

Čeká vás trocha teorie a ukázky relaxačních technik. Dozvíte se, jak probudit své smysly a podpořit tím dobrou náladu a zdraví a proč je důležitá podpora a stimulace smyslů ve stáří. Vyzkoušíte si skupinovou relaxaci, prvky aromaterapie a ukážeme si pomůcky pro stimulaci hmatu a zraku.

Kurz povede Naděje s.r.o. Přístup je bezbariérový.

Těšíme se na vás!



www.slapanice.cz/seniori



@mestoslapanice



#mestoslapanice