

DÝCHÁNÍ, TĚLO, ŽIVOT

Soubor přednášek, rukodělných a vzdělávacích aktivit
v rámci Brněnských dnů pro zdraví

25. září 2019 14:00 - 16:30

Přírodní zahrada U Smrku (Ramešova 10, Brno)

Dech je život. Dech je spravedlivý a každý ho potřebuje stejně. Když se nám špatně dýchá, máme strach, jsme nemocní nebo nervózní. Nebo se nám může zastavit dech při pohledu na milovanou osobu.

V Přírodní zahradě U Smrku se zaměříme nejen na správné dýchání, ale také na to, co dělat, když nás „dusí“ nějaká jiná osoba. Jak si umět říct, když se nám něco nelíbí, a jak „nedusit“ ty, které máme rádi. Dech je život. Ovládejme dech, ovládejme svůj život.

Na akci je povinná rezervace. Email: musil@tyflocentrumbrno.cz, telefon: 774715095

www.centrumpronevidome.cz www.prirodnizahrada.wz.cz

