



Spolufinancováno
Evropskou unií



**SPOKO
POBESKYDÍ**

Pečujete o osobu blízkou, bydlíte v některé z obcí Pobeskydí, chcete na chvíli zapomenout na každodenní starosti a udělat něco pro sebe? Pak právě Vám a ZDARMA je určen Workshop:

MUZIKORELAXACE

Lektor: Mgr. René Gavlas (muzikoterapeut, psycholog)

Místo: sál OÚ Třanovice, Třanovice 250

Termín: 18. 12. 2024 od 16:30 do 18:30

Jak je známo, hudba umí uklidnit, nabudit, povznést, léčit, zlepšit náladu, zkrátka působí na mnoha úrovních lidského těla. Přijďte si s námi odpočinout, pobavit a zažít něco nového. Čeká nás hra na vlastní tělo, hra na jednoduché hudební nástroje a také relaxace vleže za doprovodu hudby a mluveného slova.

S sebou si doneste pohodlné oblečení, deku a karimatku.

Svou účast prosím potvrďte na telefon

+420 704 675 757 nebo na email

kp.pobeskydi@slezskadiakonie.cz



Akce je pořádána v rámci projektu SPOKO Pobeskydí, (reg. č. CZ 03.02.01./00/22_008/0000039), který je realizován MAS Pobeskydí, z.s., a partnery a je financován z Operačního programu Zaměstnanost plus.

Dovolujeme si Vás upozornit, že během akce mohou být pořizovány fotografie či videozáznamy za účelem doložení akce poskytovateli dotace, propagace a prezentace projektu MAS Pobeskydí a partnerů. Pokud s použitím fotografií a záznamu nesouhlasíte, sdělte to prosím organizátorovi.