

Myśl i czuj się pozytywnie

written by Biblioteka SK | 23 stycznia 2019



Biblioteka Miejska zaprasza 1 lutego wszystkich pesymistów i optymistów na obchody Dnia Pozytywnego Myślenia. Wzorem ubiegłego roku, będziemy się starali Państwu umilić ten szary, zimowy dzień.

O godzinie 11:00 w Saloniku Literacko-Artystycznym odbędą się zajęcia z terapii dźwiękiem. Poprowadzi je terapeutka i masażystka Małgorzata Prętka. Dźwięki specjalnie wykonanych do zabiegu mis tybetańskich wprowadzą ciało i umysł w stan głębokiego relaksu. Masaż dźwiękiem ma niezwykle szerokie zastosowanie – z powodzeniem wykorzystywany jest w odnowie biologicznej i kosmetyce, w pracy z dziećmi, w przedszkolach i szkołach, w pracy z osobami niepełnosprawnymi, hospicjach i sanatoriach.

O godzinie 18:00 zapraszamy do Saloniku Literacko-Artystycznego, gdzie naszym i Państwa gościem będzie Grażyna Dobroń. Ta reporterka Programu Trzeciego Polskiego Radia, znana jest z prowadzenia programów o tematyce zdrowotnej. W prezentowanym na antenie „Trójki” programie „Instrukcja obsługi człowieka” porusza tematy związane ze zdrowiem, psychologią i rozwojem osobistym. Jest też autorką książki o

tym samym tytule. W czasie spotkania Grażyna Dobroń wprowadzi nas w tajniki ćwiczeń relaksacyjnych.

Będzie to również dzień pozytywnych informacji! Wszystko za sprawą wybranych – w Czytelni Czasopism – artykułów z codziennej prasy, które pojawiać się będą na bibliotecznym fanpage'u.

Ponadto w holu Biblioteki będzie można obejrzeć ekspozycję, na której znajdą się publikacje pochodzące z naszych zasobów, a dotyczące optymistycznego spojrzenia na życie.

Na spotkanie z Grażyną Dobroń obowiązują bezpłatne wejściówki, które można odbierać na tydzień przed spotkaniem w Wypożyczalni Dla Dorosłych Biblioteki Miejskiej im. Jana Kasprowicza w Inowrocławiu. Miła atmosfera gwarantowana.



DZIEŃ POZYTYWNEGO MYŚLENIA

w Bibliotece Miejskiej im. Jana Kasprowicza w Inowrocławiu

1 LUTEGO 2019 R.

11:00 - Małgorzata Prętka - masażystka i terapeutka zaprezentuje terapię dźwiękami przy wykorzystaniu mis tybetańskich

18:00 - Grażyna Dobroń - dziennikarka Radiowej TRÓJKI opowie o swoim sposobie na pozytywne myślenie i zdrowe życie

Salonik Literacko-Artystyczny
ul. Kilińskiego 16

Zapewniamy miłą atmosferę!

CAŁY DZIEŃ - ekspozycja w holu Biblioteki Głównej

 Zajrzyjcie koniecznie na naszego Facebooka!

Na spotkanie z **Grażyną Dobroń** obowiązują wejściówki, które odbierać można od 25 stycznia 2019 r. w Wypożyczalni Dla Dorosłych, ul. Kilińskiego 16.

Zdjęcia wykonane podczas imprez zostaną wykorzystane w celach promocyjnych Biblioteki Miejskiej im. Jana Kasprowicza w Inowrocławiu

