

We wtorkowe popołudnie, 10 października w Filii nr 1 odbyły się warsztaty z Joanną Smoleńską - coachem, nauczycielką jogi, promotorką zdrowego odżywiania i świadomego macierzyństwa. Prelegenta poruszyła zagadnienie energii, naszej wewnętrznej siły. Pokazała jak z niej korzystać, aby poszczególne organy naszego ciała prawidłowo funkcjonowały. Uczestniczki spotkania zgłębiły temat aktywności meridian - kanałów przepływu krwi i energii, poznały prawa energetyki. Rozmawiały o intuicji, wibracjach, emocjach - pozytywnych i negatywnych. Dzieliły się swoimi doświadczeniami, spostrzeżeniami i uwagami. Zajęcia zrealizowano w ramach Klubu Różnorodnych Aktywności.





O anatomii subtelnej w Filii nr 1

