

O bliskości, czułości i motylach w brzuchu!

written by Biblioteka SK | 13 grudnia 2022



W poniedziałkowe popołudnie, 12 grudnia br., podczas spotkania edukacyjnego w Filii nr 1 z Joanną Smoleńską – coachem, nauczycielką jogi, promotorką zdrowego odżywiania i świadomego macierzyństwa rozmawiano o relacjach damsko-męskich, o komunikacji między partnerami, o wielopoziomym spojrzeniu na siebie i partnera. Podczas warsztatów uczestnicy dowiedzieli się jak właściwie pokierować uwagę na to co niezbędne w życiu, jak rozsądnie zarządzać energią, wspólnym czasem, jak postrzegać otaczającą rzeczywistość oraz o tym jak ważny jest kompromis i szczerłość, a także dotyk, czułość i bliskość w związku. Promotorkę wspierał i uzupełniał mąż – Maciej Smoleński. Uczestnicy dzielili się także swoimi doświadczeniami. To było ciekawe i inspirujące spotkanie.



