

Oddychaj świadomie, żyj pełniej!

Grzegorz Pawłowski - trener rozwoju osobistego, wykładowca akademicki, autor książek (m.in. *Oddech. Oddychaj świadomie, żyj pełniej!*) będzie naszym gościem we wtorek 28 maja o godzinie 18.00. Spotkanie *Piękno rytmu, czyli literatura i oddech* będzie miało charakter wprowadzenia do warsztatów prawidłowego, rytmicznego oddychania, które pomogą uwolnić się od stresu, lęków i negatywnych emocji.

Na początku imprezy, organizowanej w ramach Festiwalu Rytmajino w Saloniku Literacko-Artystycznym, zostaną ogłoszone wyniki i wręczone nagrody laureatom konkursu *Rytm miasta, rytm świata*, a na zakończenie będzie możliwość zakupu książek i uzyskania dedykacji autorskich.

Bezpłatne wejściówki można odbierać w Wypożyczalni dla Dorosłych (ul. Kilińskiego 16) od 21 maja br.

Oddychaj świadomie, żyj pełniej!

SPOTKANIE w ramach:

FESTIWALU **RytMAJIno**

Spotkanie
AUTORSKIE

z Grzegorzem PAWŁOWSKIM
trenerem rozwoju osobistego,
wykładowcą akademickim,
autorem książek, m.in. *Oddech.*
Oddychaj świadomie,
żyj pełniej!

połączone

z WARSZTATAMI
prawidłowego, rytmicznego
ODDYCHANIA,
które pomogą uwolnić się od stresu,
lęków i negatywnych emocji

28 maja 2019 r.
godz. **18⁰⁰**
SALONIK
LITERACKO-ARTYSTYCZNY
ul. Kilińskiego 16

BEZPŁATNE WEJŚCIÓWKI odbierać można **od 21 maja br.** w Wypożyczalni dla Dorosłych (ul. Kilińskiego 16). Zdjęcia wykonane podczas spotkania posłużą do celów promocyjnych Biblioteki Miejskiej im. Jana Kasprówicza w Inowrocławiu.

Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego pochodzących z Funduszu Promocji Kultury.

Ministerstwo
Kultury
i Dziedzictwa
Narodowego.



NASZE MIASTO
Inowrocław

inianie.pl
inne spotkanie

