

W czwartek 5 marca w Filii nr 1 odbył się kolejny wykład Joanny Smoleńskiej z cyklu „Od świadomości do sprawczości” pt. „Uzdrowiająca moc dotyku”. Nasz Gość opowiedział o sile dotyku i jaki wpływ ma na nasze życie. Prelegentka przedstawiła udowodnione naukowo wyniki badań sprzed 60 lat, że najbardziej potrzebny do życia zaraz po jedzeniu i piciu jest dotyk. Uczestnicy spotkania dowiedzieli się, że podczas dotyku wydzielą się hormon zwany oksytocyną czyli hormon miłości.

Na następny wykład Joanny Smoleńskiej pt. „Zyskaj zdrowe ciało na wiosnę” zapraszamy 3 kwietnia 2020 r., o godz. 16.30 w bibliotece przy ul. Wilkońskiego 32.



