

BREZPLAČNE AKTIVNOSTI V STRAŽI

PREDAVANJE: *Vpliv čustev na naše telo, bolezni in zdravje*

Torek, 18. 10. 2022, ob 17.00

Dnevni center vseh generacij (bivši lokal pod TUŠ-em)

Predaval bo **Andrej Pešec**, ki bo izpostavil naslednja področja in vsebine:

- ✓ Kako čustva vplivajo na bolezni srca, kože, ščitnice, pljuč, jeter ...
- ✓ Avtoimune bolezni, ušesa, oči, intolerance, ščitnica, osteoporoza, revma ...
- ✓ Kako družba, čas, okolje, gibane in hrana vpliva na naše delovanje?
- ✓ Umetnost transformacije vseh t.i. "negativnih" čustev in sprostitvene tehnike. Nauči se prepoznati sporočila svojega telesa.
- ✓ Odnosi in njihov vpliv na zdravje.
- ✓ Idealna dnevna rutina in sprostitvene tehnike.
- ✓ V čem je skrivnost optimalnega celostnega zdravja?

Predavanje bo vključevalo praktične primere, ob koncu pa bo čas tudi za vprašanja in odgovore. Prijazno vabljeni.



Andrej Pešec je predavatelj in strokovni sodelavec preko 250 društev, zavodov, knjižnic, šol, podjetij v Sloveniji in na tujem. Je avtor knjig »Znanje za življenje«, »Vzgoja motiviranih, zdravih in odgovornih otrok« ter »Ženske in moški – odnosi, komunikacija in harmonija«. Izpeljal je že preko 2500 vodenj predavanj, izobraževanj in webinarjev, ki jih krasi praktična sinteza motivacije, znanosti o odnosih, celostnega zdravja in uporabne psihologije, že skoraj pozabljene zdrave kmečke pameti ter zgodb iz vsakdanjega življenja.

Informacije in prijave:

031 305 640 ali 07 38 48 551

zvonka.potocar@ric-nm.si ali

karmen.turk@obcina-straza.si