



Kolmapäeval, **10. septembril, kell 18.00-19.30**

Võrus, Võluvõru, Jüri, Jüri 19a, III korrus

See töötuba on Teile, kes te soovite võtta hetke, et süüvida oma füüsilisse kehasse!

Selleks, et oma keha paremini mõista:

- räägime keha-meele seosest;
- vaatame kuidas stress avaldub füüsiliselt;
- otsime vastust, kuidas suhtuda diagnoosi, mis meile on pandud;
- otsime milline emotsioon või sündmus tekitab meis valu või ebamugavustunnet

Töötoas seome oma osaluse endi tervendamisel ja diagnoosil või valul läbi oma isikliku tervenemise koputamise puu.

Töötuba juhendavad Eva Kuusk ja Merle Pärle

Osalustasu **8 eurot (kahekesi tulles 14 eurot)**

Vajalik eelregistreerimine merle212@gmail.com