



PÁTEK 22.2.2019

JÓGA STUDIO TIŠNOV

Mohu tě namasírovat?



Benefity pro děti:

- Příležitost naučit se říkat „ano“ a „ne“
- Pocit, že je individuálně vnímáno a bráno na vědomí
- Relaxace, snížení hladiny stresu
- Povzbuzení a rozvoj představivosti
- Naplnění potřeby kontaktu
- Vnímání a respektování druhého a jeho potřeb
- Vnímání svého těla a určení hranic
- Respekt vůči sobě i ostatním
- Redukce agresivity
-

Benefity pro rodiče:

- Pozitivní činnost, která jim pomůže uklidnit jejich dítě
- Rodiče přijímají dotek od svých dětí
- Děti v noci lépe spí
- Činnost, kterou mohou s dětmi sdílet
- Zlepšení vztahů mezi sourozenci
- Nový komunikační nástroj v rodině
- Změna života – životního stylu
- Prohloubení důvěry v sebe i k rodičům a sourozencům
- Propojení celé rodiny
- Redukce zdravotních problémů
- Neverbální projev lásky v rodině



**Oblíbená dětská
masérnička**

**Pátek 22.2. 2019
16.30 - 17.30hod**

S Danou Hájkovou

**Aktivizační
cvičení pro děti**

4–12 let

Empatie Respekt

Koncentrace

Příjemný pocit

Radost ze hry

JÓGA STUDIO TIŠNOV

Bezručova 21

Cena masérničky: 130,-Kč
Příhlášky u Mgr.J.Paruchové

tel.: 731 242 167

E-mail::

info@jogastudiotisnov.cz

www.jogastudiotisnov.cz

www.jogamasaze.cz