



**Magiczny
Kraków**

(U)śmiech leczy - Naprawdę? Webinar CO

2020-08-05

Zapraszamy na webinar z Fundacją Dr Clown

Trochę o wpływie śmiechu na nasz organizm i jego właściwościach - w teorii i...w praktyce! Śmiech to coś co zawsze masz przy sobie. Dowiedz się do czego może Ci się przydać i jak go wykorzystać!

Terapia śmiechem

- Nauka o śmiechu – poważnie! Czyli czym zajmuje się Geloterapia?
- Mądrzy ludzie o śmiechu – czyli kilka ważnych nazwisk i ich działania: Patch Adams, Madan Kataria z Bombaju

Uśmiech leczy? O wpływie śmiechu na nasz mózg, ciało i psychikę.

- procesy w organizmie gdy się śmiejemy czyli medycznie i biologicznie o śmiechu
- śmiech a nasza głowa

Jak to działa w praktyce?

- jak Fundacja „Dr Clown” wykorzystuje śmiech? Kilka historii, że to działa
- śmiecho-praktyki w świecie: joga śmiechu, szpitale, leczenie depresji

Przetestuj na sobie bez konsultacji z lekarzem czy farmaceutą!

- moduł ćwiczeniowy – pokazanie kilku ćwiczeń, które każdy może stosować w domu samodzielnie by dobrze zacząć dzień 😊

formularz zgłoszeniowy [TUTAJ](#)

Webinar poprowadzi Justyna Młynarczyk. Z wykształcenia animator społeczno-kulturowy, zawodowo od ponad 4 lat związana z 3 sektorem. Pełnomocnik małopolskiego oddziału Fundacji "Dr Clown" gdzie zajmuje się między innymi szkoleniem wolontariuszy i przygotowanie ich do prowadzenia "terapii śmiechem" na szpitalnych oddziałach.

ZAPRASZAMY!