Opublikowano na *Miasto Hrubieszów* (https://www.miasto.hrubieszow.pl)

Światło w ciemności

14.03.2024
Patronat Burmistrza

PATRONAT HONOROWY
BURMISTRZA MIASTA
HRUBIESZOWA

HRUBIESZOWSKA
Rada Kobiet

Marta Majewska Burmistrz Miasta Hrubieszowa
oraz Hrubieszowska Rada Kobiet
zapraszają



ŚWIATŁO W CIEMNOŚC

Spotkanie otwarte na temat DEPRES

Podczas spotkania skupimy się na zrozumieniu tej choroby psychicznej,
podzielimy się doświadczeniami oraz omówimy dostępne środki pomocy.
W trakcie dyskusji poruszone zostaną tematy dotyczące diagnozy, terap
oraz roli wsparcia społecznego.

W PROGRAMIE:

- **PANEL DYSKUSYJNY** prowadzą trzy psycholożki:
  Diana Czyrka-Wietrzyk
  Anna Suchocka
  Katarzyna Szumilak-Duda
- **SESJA PYTAŃ**
- **STREFY RELAKSU:**
  - **strefa lawendy**
    Renata Romańska „Kuźnia lawendy"
    w Hrubieszowie
  - **strefa terapii dźwiękiem**
    Beata i Jerzy Rosołowscy
    „Mikołaj i Wilk. Malowany Dom"
    w Kryłowie
  - **strefa kobido**
    Anna Naklicka „Zakątek piękna"
    w Hrubieszowie
  - **strefa ciała i umysłu**
    Studio Fitness „Fit & Art"
    w Hrubieszowie
  - **aromaterapia – olejki eteryczne**
    Katarzyna Kozłowska Zamość
- **Mierzenie ciśnienia i poziomu cukru we krwi**
- **Słodki poczęstunek**



22 marca 2024, godz. 16:00

MBP-HCD