

Aromaterapia - warsztaty w Filii nr 4 MBP



MIEJSKA BIBLIOTEKA PUBLICZNA im. Jana Pawła II w Opolu
FILIA NR 4
AROMA CENTER

aroma-terapia

pierwsze kroki w świecie zapachów

spotkanie z aromaterapeutką
Agnieszka Kreduszyńska-Kamionka

28/04
poniedziałek, godz. 18:00
2025
Filia nr 4 MBP

Zapisy:
tel. 512-370-509
Liczba miejsc ograniczona

Spotkania / Warsztaty

28.05.2025

18:00

Wstęp wolny (zapisy)

Aromaterapia jest chyba najprzyjemniejszą praktyką służącą naszemu zdrowiu! Opiera się na wykorzystaniu naturalnych olejków eterycznych występujących w roślinach – a jednak to coś więcej niż piękne zapachy. To sztuka świadomego wykorzystywania tej esencji natury dla zdrowia, harmonii i dobrego samopoczucia. Nauka potwierdza, że związki zawarte w olejkach eterycznych mają działanie przeciwbakteryjne, przeciwzapalne czy relaksujące – dlatego warto dowiedzieć się więcej o aromaterapii i wprowadzić jej elementy do codziennego życia.

Podczas spotkania ze specjalistką w tej dziedzinie poznacie podstawy aromaterapii, dowiecie się, jak dobrać olejki do swoich potrzeb, i nauczycie, jak bezpiecznie wprowadzać je do codziennej rutyny. Zanurzyicie się w świecie aromatów, poznacie zapach wybranych olejków eterycznych i dowiecie się, jak w naturalny i przyjemny sposób wspierać swoje zdrowie i samopoczucie.

Na zajęcia obowiązują zapisy: dzwońcie pod numer tel. 512-370-509. Liczba miejsc ograniczona

AGNIESZKA KREDUSZYŃSKA-KAMIONKA - aromaterapeutka, edukatorka z zakresu aromaterapii. Prowadzi w Opolu gabinet, gdzie udziela konsultacji w zakresie aromaterapii przy zachorowaniach górnych dróg oddechowych, wspomaganie systemu immunologicznego dzieci i dorosłych, poprawie skupienia i efektywności nauki u dzieci, aromaterapii przy bezsenności. Prowadzi warsztaty z tworzenia perfum botanicznych.

Tagi

aromaterapia