

Białystok, dn.20.12.2013 r.

SZKOŁA SUPER BabcI i SUPER Dziadka



Podziękowanie

Serdecznie dziękujemy **Pani Alinie Kummer** za przeprowadzenie sesji Jogi Śmiechu w Szkole SuperBabci i SuperDziadka w Białymstoku w dniu 16 grudnia 2013 r.

Spotkanie w atmosferze radosnej, dziecięcej zabawy w okresie poprzedzającym Święta Bożego Narodzenia przypomniały, że wesoły nastrój i wspólny śmiech dodają dużo energii w każdym wieku. Ciepło i życzliwość Trenerki pomogły uczestnikom warsztatów rozluźnić się i zapomnieć o troskach.

Nasze seniorki z ciekawością i otwartością przyjęły zaskakujące Ćwiczenia Śmiechu.

Polecamy gorąco warsztaty z Panią Aliną dla każdego. Na co dzień i od święta.

„Wprowadziłam Jogę Śmiechu w swoje życie codzienne, wraz z rodziną i znajomym”. (SuperBabcia Fela)

„Było mi lżej na duszy. Było to dla zdrowia. Śmiałyśmy się ze śmiechu!” (SuperBabcia Nina)

„Bardzo dużo luzu w ciele, śmiechu w oczach i otwartości w sercu”. (SuperBabcia Irena)



PREZES ZARZĄDU
ODDZIAŁU BIAŁOSTOCKIEGO
PSPiA KLANZA
M. Borowska
mgr Małgorzata Borowska

Koordynator Projektu

A. Sieniawska
Agnieszka Sieniawska



ASOS 2014-2020

Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej
Osób Starszych na lata 2014-2020

Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej

