

Το Ερευνητικό Εργαστήριο Νηπιοσχολικής Αγωγής (EENA) ανακοινώνει την διεξαγωγή εργαστηρίων Ευεξίας Γέλιου με το πρώτο LAUGHTER WELLNESS HEALTH CLUB της Κύπρου

ΑΠΟΣΤΟΛΗ	Δημιουργία μιας όμορφης εμπειρίας Ευεξίας Γέλιου και χαράς σε όλους που θα συμμετάσχουν, μεγάλους και μικρούς, μέσα από το εργαστήριο αυτοενίσχυσης για την υιοθέτηση θετικών, φυσικών και πνευματικών τρόπων ζωής.
ΜΕΘΟΔΟΣ	Η Ευεξία Γέλιου συγκεντρώνει μια μεγάλη ποικιλία από ασφαλείς, ήπιες και διασκεδαστικές τεχνικές προσομοίωσης γέλιου που ο καθένας μπορεί να διδαχθεί, να χρησιμοποιήσει και να επωφεληθεί, για την αύξηση της ευεξίας στον εαυτό του.
ΣΤΟΧΟΙ	<p>Στόχος είναι να μάθουμε να ενεργοποιούμε το σώμα μας με βασικό εργαλείο το γέλιο ώστε να ενισχύσουμε τον οργανισμό μας σωματικά, ψυχικά και θεραπευτικά, πιο συγκεκριμένα:</p> <p>1. Ανάπτυξη δεσμών και δεσίματος με άλλα παιδιά και ενήλικες - διαπροσωπικές σχέσεις, 2. Ανάπτυξη αυτοεικόνας, αυτοπεποίθησης, 3. Βελτίωση διάθεσης - μείωση άγχους, ανησυχίας, 4. Ενίσχυση μνήμης και προσοχής, επίλυση προβλήματος, 5. Ανακούφιση από σωματικό πόνο, 6. Ενδυνάμωση ανοσοποιητικής λειτουργίας</p>
ΜΕΛΗ ΟΜΑΔΑΣ	<ul style="list-style-type: none"> • Ελένη Λοΐζου-Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Τμήματος ΕΠΑ • Μεταπτυχιακή φοιτήτρια- Μαντώ Ολυμπίου, Τμήματος ΕΠΑ • Συντονιστές Εργαστηρίων: Δημήτριος Μόρφης Ψυχολόγος - Εκπαιδευτής Ευεξίας Γέλιου και Χριστίνα Σταύρου Εκπαιδευτικός – Εμπνευστήρια Ευεξίας Γέλιου • Ομάδα 1: Παιδιά ηλικίας 6-10 χρόνων (28.2.18) • Ομάδα 2: Εν δυνάμει νηπιαγωγοί (24.3.18) • Ομάδα 3: Εν ενεργεία νηπιαγωγοί (17.3.18)
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	Οι δραστηριότητες που θα γίνουν εστιάζουν στο γέλιο ως έκφραση του σώματος σε συνδυασμό με κινητικές ασκήσεις, χαλάρωση, θετική ανατροφοδότηση, καθώς και ενίσχυση του εαυτού και του άλλου μέσα στην ομάδα.
ΧΩΡΟΣ	Ερευνητικό Εργαστήριο Νηπιοσχολικής Αγωγής (EENA)- Προπυλαίων 25-27, Παλλουριώτισσα, Διαμ.. 106.
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ	Για να δηλώσετε συμμετοχή επικοινωνήστε με την Μαντώ Ολυμπίου στο 96605559

