

Troska o ciało i umysł: Event w ZSP nr 1 na temat zdrowego życia i radzenia sobie ze stresem

Podczas eventu można było wysłuchać ciekawych prelekcji, m.in. na temat naturoterapii, przyczyn kompulsywnego podjadania, sposobów radzenia sobie ze stresem, czy samokontroli. Były też atrakcje towarzyszące, jak m.in.: pokaz tańca, pokaz udzielania pierwszej pomocy, yoga, konsultacje z dietetykiem, karaoke, konkursy, gry i zabawy.

Organizatorem wydarzenia był zespół społecznego projektu Razem po Uśmiechy 2.0 realizowanego w ramach Ogólnopolskiej Olimpiady Zwolnieni z Teorii.