



Уважаемые пациенты!

в ММАУ «Городская поликлиника № 1»
по адресу: г. Тюмень,
ул. Газовиков, д.6/1
продолжается проведение мероприятий
проекта «Творческая мастерская «Жемчужины здоровья»
для граждан пожилого возраста

**26 июля 2017 года
состоялось очередное занятие
по танцевально-двигательной психотерапии**

В древности ритуальный танец сопровождал человека повсюду. Люди танцевали при рождении, танцевали на свадьбе, танцевали и в радости, и в горе. В движении люди пытались выразить свои чувства.

В современном мире люди редко выражают свои чувства, и от этого у них появляются различные душевные проблемы. Психологи разработали специальную танцевально-двигательную терапию, позволяющую решать самые разные психологические проблемы через танец и неосознанное движение. В танце человек развивается физически и эмоционально, тело и сознание рассматриваются как равноценные силы.

На наших занятиях участники проекта учатся чувствовать движение и проявляют больший интерес к тому, как тело движется, а не к тому, как оно выглядит. Пожилые люди приглашают тело к «разговору», дают ему возможность «высказаться», раскрепоститься.

В результате занятий у участников улучшается состояние здоровья, нормализуется кровоснабжение, с другой стороны, они чувствуют себя в роли танцоров, приобретая особый опыт переживаний взаимодействия со своим телом. Через движение в танце каждый имеет возможность выразить радость, боль и любые другие чувства.

Занятия проводятся в среду, пятницу с 15.00-16.30 часов в зале ЛФК, курс составляет 10 дней.

Контактное лицо – Гимадиева Лилия Фархатовна, кабинет №178

«Поддержка проекта осуществлена благотворительным фондом «Хорошие истории» на средства, предоставленные АО «Райффайзенбанк»

