

*Věděli jste, že pomocí našeho čichu si dokážeme naprogramovat tělo? Vonné silice vyvolávají asociace, podporují nejen zdraví, ale i tvořivost, komunikaci a paměť.*

## STRUČNÝ POPIS PRODUKTU

Workshop vám představí aromaterapii, jak jí zřejmě neznáte. Jako jednoduchého a účinného pomocníka v oblasti zdraví, psychiky, vztahů v týmu a spolupráce. Neuvědomujeme si, že nejen mozek velmi citlivě reaguje na vůně jednotlivých silic, ale i celé tělo, které spouští biochemické odezvy organismu. Workshop vám pomůže pochopit aromaterapii jako doplněk tradiční medicíny a zajímavou část celostní péče o vaše zdraví. Workshop je určený jak skupinám jednotlivců, tak spolupracujícím týmům.

## KOMU JE WORKSHOP URČEN

Všem, kdo chtějí poznat, jak funguje jejich mozek a tělo ve vztahu k přírodní medicíně, a kdo chce zkusit podpořit své zdraví moderními a šetrnými způsoby.

## CO ABSOLVOVÁNÍM WORKSHOPU ZÍSKÁM

účastník/tým:

- seznámení s aromaterapií a schopnost využívat ji v pracovním i osobním životě, pro sebe, tým nebo rodinu
- sebereflexi prostřednictvím vůní, podporu dobrých vztahů
- znalosti první pomoci v akutní fázi náhlého onemocnění, drobných úrazů i špatné nálady
- prostředek podpory zdraví a energie do zbytku dne
- může získat vůni reagující na reálné potřeby týmu

firma:

- energii a zdraví zaměstnanců
- investuje do vztahů a spolupráce v týmu, vytváří přátelské pracovní prostředí
- podporuje výkonnost a spokojenost, pomáhá snižovat nemocnost zaměstnanců

## PROGRAM WORKSHOPU

- 1 obecná aromaterapie a aromaterapie v pracovním prostředí
- 2 způsoby aplikace vůně
- 3 rozdělení a využití silic podle ročních období, denního rytmu firmy, aktuální situace
- 4 silice první pomoci
- 5 praktická část - definování potřeb týmu a skupinová práce (jaké jsou konkrétní potřeby týmu a jaké vůně mohou pomoci žádoucí změně, podpořit vztahy a spolupráci)
- 6 výběr směsi či esencí vhodných pro dané pracoviště/tým.



**MIA PAVLŮ** - lektorka, zkušená aromaterapeutka, masérka a profesionální zdravotnice, která poznatky klasické medicíny snoubí s moudrostí čínské a alternativní medicíny.



20 osob



180 minut



12000 Kč  
+600 Kč suroviny