

Relaxační večery v Bělči

Pravidelná setkání pro klid, vůni a milou společnost

Přijďte si jednou za měsíc odpočinout – a zároveň se potkat.


Zveme vás na první z pravidelných relaxačních večerů, který se uskuteční **3. 3. 2026 od 19:30** v zasedací místnosti OÚ Běleč.

Chceme vytvořit příjemný a bezpečný prostor, kde se budeme moci na chvíli zastavit, nadechnout a věnovat čas sami sobě i společnému sdílení. Každé setkání přinese jinou techniku relaxace, kterou si společně vyzkoušíme a kterou můžete využít i doma. Atmosféru podpoří vůně esenciálních olejů a večer vždy zakončíme krátkou meditací pro zklidnění a naladění.

Večerem nás bude provázet lektorka **Monika**.

Setkání jsou otevřená všem – bez ohledu na zkušenosti. Můžete přijít jednorázově nebo se stát součástí skupiny, která se bude pravidelně setkávat a společně objevovat cestu k větší pohodě.

⌚ Délka setkání: cca 90 minut

 S sebou: pohodlné, volné oblečení

 Příspěvek: 50 Kč

Těšíme se na společné večery plné klidu, vůní a laskavého zastavení.