

Программа «Сезон ментального здоровья» с 04.11 по 30.11 в санатории «Катунь»

Дата	Пн. 04.11
Название и краткое содержание	16.00 – 18.00 Клуб «Игрополис», настольные игры для взрослых (клуб «Панда») Петин Н. 17.00 Мастер-класс по развитию воображения и фантазии (рисование на воде – Эбру) (клуб «Панда») Романова О. 18.30 Хоротерапия «Споёмте, друзья!» (библиотека, 2 этаж) Рехтин Е. 19.00 Кардиотренировка «Зумба» (зал ЛФК) Кладова А. 19.00 Встреча с практикующим психологом, специалистом по тибетской медицине «Сила момента «сейчас» или как обрести долголетие» (клуб «Панда») Жигульская Е.
Дата	Вт. 05.11
Название и краткое содержание	16.00 Терренкур «Сибирский тракт» (сбор на крыльце санатория «Сибирь») Никифорова И. 17.00 Вокалотерапия (танцзал санатория «Сибирь») Затеев О. 17.30 Встреча с нумерологом (библиотека, 2 этаж) Платонова Н. 19.00 Ресурсная практика «Пробуждение» (зал ЛФК) Перевалов Е.
Дата	Ср. 06.11
Название и краткое содержание	15.30 Йога (зал ЛФК) Карнаухов Е. 16.00 – 18.00 Клуб «Игрополис» Настольные игры для взрослых (клуб «Панда») Петин Н. 17.00 Вокалотерапия (танцзал санатория «Сибирь») Фуртун И. 19.00 Встреча с практикующим психологом, специалистом по тибетской медицине «Семейные отношения и воспитание детей или, как стать благодарным» (клуб «Панда») Жигульская Е.
Дата	Чт. 07.11
Название и краткое содержание	15.00 Раскрепощение с помощью танца (мастер-класс по бальным танцам) (зал ЛФК сан. «Сибирь») Шварц Е. 16.00 – 18.00 Клуб «Игрополис», настольные игры для взрослых (клуб «Панда») Петин Н. 16.00 Встреча с астрологом (библиотека 2 этаж) Кепп М. 17.00 Вокалотерапия (танцзал санатория «Сибирь») Затеев О. 18.30 Хоротерапия «Споёмте, друзья!» (библиотека, 2 этаж) Рехтин Е. 19.00 Познавательная встреча «Чаепитие для здоровья» (№819, 8 этаж сан. «Сибирь») Кох Л.
Дата	Пт. 08.11
Название и краткое содержание	15.00 Медитация «Поющие тибетские чаши» (ЛФК) Кепп М. 15.00 Раскрепощение с помощью танца (мастер-класс по бальным танцам) (зал ЛФК сан. «Сибирь») Шварц Е. 17.00 Вокалотерапия (танцзал санатория «Сибирь») Фуртун И. 17.00 Мастер-класс по развитию мелкой моторики и творческих способностей «Славянская кукла» (клуб «Панда») Кисельман А. 19.00 Кардиотренировка «Зумба» (зал ЛФК) Кладова А. 20.00 Йога (зал ЛФК) Карнаухов Е.
Дата	Сб. 09.11
название и краткое содержание	17.00 Вокалотерапия (танцзал санатория «Сибирь») Фуртун И. 19.00 Ресурсная практика «Древо рода» (ЛФК) Перевалов Е.
Дата	Вск. 10.11
Название и краткое	10.00 Пешая прогулка с ресурсной практикой на «Старую мельницу» (сбор на крыльце санатория) Перевалов Е.

содержание	17.00 Познавательная встреча со специалистом по мануальной и висцеральной терапии «Природа чувств и эмоций» (клуб «Панда») Сулягин С. 16.30 Терренкур «Катунь» (сбор на крыльце санатория «Катунь») Петин Н.
Дата	Пн. 11.11
Название и краткое содержание	16.00 – 18.00 Клуб «Игрополис», настольные игры для взрослых (клуб «Панда») Петин Н. 17.00 Нейрографика – психотерапия, рисование по специальному алгоритму (клуб «Панда») Романова О. 18.30 Хоротерапия «Споёмте, друзья!» (библиотека , 2 этаж) Рехтин Е. 19.00 Встреча с практикующим психологом, специалистом по тибетской медицине «Сила момента «сейчас» или как обрести долголетие» (клуб «Панда») Жигульская Е.
Дата	Вт. 12.11
Название и краткое содержание	16.00 Терренкур «Сибирский тракт» (сбор на крыльце санатория «Сибирь») Никифорова И. 17.00 Вокалотерапия (танцзал санатория «Сибирь») Затеев О. 17.30 Встреча с нумерологом (библиотека , 2 этаж) Платонова Н. 19.00 Ресурсная практика «Пробуждение» (зал ЛФК) Первалов Е.
Дата	Ср. 13.11
Название и краткое содержание	15.30 Йога (зал ЛФК) Карнаухов Е. 16.00 – 18.00 Клуб «Игрополис» Настольные игры для взрослых (клуб «Панда») Петин Н. 17.00 Вокалотерапия (танцзал санатория «Сибирь») Фуртун И. 19.00 Встреча с практикующим психологом, специалистом по тибетской медицине «Семейные отношения и воспитание детей или, как стать благодарным» (клуб «Панда») Жигульская Е.
Дата	Чт. 14.11
Название и краткое содержание	15.00 Раскрепощение с помощью танца (мастер-класс по бальным танцам) (зал ЛФК сан. «Сибирь») Шварц Е. 16.00 – 18.00 Клуб «Игрополис», настольные игры для взрослых (клуб «Панда») Петин Н. 16.00 Встреча с астрологом (библиотека 2 этаж) Кепп М. 17.00 Вокалотерапия (танцзал санатория «Сибирь») Затеев О. 18.30 Хоротерапия «Споёмте, друзья!» (библиотека , 2 этаж) Рехтин Е. 19.00 Познавательная встреча «Чаепитие для здоровья» (№819, 8 этаж сан. «Сибирь») Кох Л.
Дата	Пт. 15.10
Название и краткое содержание	15.00 Медитация «Поющие тибетские чаши» (зал ЛФК) Кепп М. 15.00 Раскрепощение с помощью танца (мастер-класс по бальным танцам) (зал ЛФК сан. «Сибирь») Шварц Е. 17.00 Вокалотерапия (танцзал санатория «Сибирь») Фуртун И. 17.00 Мастер-класс по развитию мелкой моторики и творческих способностей «Славянская кукла» (клуб «Панда») Кисельман А. 19.00 Кардиотренировка «Зумба» (зал ЛФК) Кладова А. 20.00 Йога (зал ЛФК) Карнаухов Е.
Дата	Сб. 16.11
Название и краткое содержание	17.00 Вокалотерапия (танцзал санатория «Сибирь») Фуртун И. 19.00 Ресурсная практика «Древо рода» (зал ЛФК) Первалов Е.
Дата	Вск. 17.11
Название и	10.00 Пешая прогулка с ресурсной практикой на «Старую мельницу» (сбор на крыльце санатория) Первалов Е.

краткое содержание	17.00 Познавательная встреча со специалистом по мануальной и висцеральной терапии «Дыхание. Понятие нормы и способы коррекции» (клуб «Панда») Сулягин С. 16.30 Терренкур «Катунь» (сбор на крыльце санатория «Катунь») Петин Н.
Дата	Пн. 18.11
Название и краткое содержание	16.00 – 18.00 Клуб «Игрополис», настольные игры для взрослых (клуб «Панда») Петин Н. 17.00 Мастер-класс по развитию воображения и фантазии (рисование на воде - Эбру) (клуб «Панда») Романова О. 18.30 Хоротерапия «Споёмте, друзья!» (библиотека , 2 этаж) Рехтин Е. 19.00 Встреча с практикующим психологом, специалистом по тибетской медицине «Сила момента «сейчас» или как обрести долголетие» (клуб «Панда») Жигульская Е.
Дата	Вт. 19.11
Название и краткое содержание	16.00 Терренкур «Сибирский тракт» (сбор на крыльце санатория «Сибирь») Никифорова И. 17.00 Вокалотерапия (танцзал санатория «Сибирь») Затеев О. 17.30 Встреча с нумерологом (библиотека , 2 этаж) Платонова Н. 19.00 Йогосмехотерапия (клуб «Панда») Кермен Л.
Дата	Ср. 20.11
Название и краткое содержание	15.30 Йога (зал ЛФК) Карнаухов Е. 16.00 – 18.00 Клуб «Игрополис», настольные игры для взрослых (клуб «Панда») Петин Н. 17.00 Вокалотерапия (танцзал санатория «Сибирь») Фуртун И. 19.00 Встреча с практикующим психологом, специалистом по тибетской медицине «Семейные отношения и воспитание детей или, как стать благодарным» (клуб «Панда») Жигульская Е.
Дата	Чт. 21.11
Название и краткое содержание	15.00 Раскрепощение с помощью танца (мастер-класс по бальным танцам) (зал ЛФК сан. «Сибирь») Шварц Е. 16.00 – 18.00 Клуб «Игрополис», настольные игры для взрослых (клуб «Панда») Петин Н. 16.00 Встреча с астрологом (библиотека 2 этаж) Кепп М. 17.00 Вокалотерапия (танцзал санатория «Сибирь») Затеев О. 18.30 Хоротерапия «Споёмте, друзья!» (библиотека , 2 этаж) Рехтин Е. 19.00 Познавательная встреча «Чаепитие для здоровья» (№819, 8 этаж сан. «Сибирь») Кох Л.
Дата	Пт. 22.11
Название и краткое содержание	15.00 Медитация «Поющие тибетские чаши» (зал ЛФК) Кепп М. 15.00 Раскрепощение с помощью танца (мастер-класс по бальным танцам) (зал ЛФК сан. «Сибирь») Шварц Е. 17.00 Вокалотерапия (танцзал санатория «Сибирь») Фуртун И. 17.00 Мастер-класс по развитию мелкой моторики и творческих способностей «Славянская кукла» (клуб «Панда») Кисельман А. 19.00 Кардиотренировка «Зумба» (зал ЛФК) Кладова А. 20.00 Йога (зал ЛФК) Карнаухов Е.
Дата	Сб. 23.11
Название и краткое содержание	17.00 Вокалотерапия (танцзал санатория «Сибирь») Фуртун И. 19.00 Йогосмехотерапия (клуб «Панда») Кермен Л.
Дата	Вск. 24.11
Название и	17.00 Познавательная встреча со специалистом по мануальной и висцеральной терапии «Природа чувств и эмоций» (клуб «Панда»)

краткое содержание	Сулягин С. 16.30 Терренкур «Катунь» (сбор на крыльце санатория «Катунь») Петин Н.
Дата	Пн. 25.11
Название и краткое содержание	16.00 – 18.00 Клуб «Игрополис», настольные игры для взрослых (клуб «Панда») Петин Н. 17.00 Нейрографика – психотерапия, рисование по специальному алгоритму (клуб «Панда») Романова О. 18.30 Хоротерапия «Споёмте, друзья!» (библиотека , 2 этаж) Рехтин Е. 19.00 Встреча с практикующим психологом, специалистом по тибетской медицине «Сила момента «сейчас» или как обрести долголетие» (клуб «Панда») Жигульская Е.
Дата	Вт. 26.11
Название и краткое содержание	16.00 Терренкур «Сибирский тракт» (сбор на крыльце санатория «Сибирь») Никифорова И. 17.00 Вокалотерапия (танцзал санатория «Сибирь») Затеев О. 17.30 Встреча с нумерологом (библиотека , 2 этаж) Платонова Н. 19.00 Йогосмехотерапия (клуб «Панда») Кермен Л.
Дата	Ср. 27.11
Название и краткое содержание	15.30 Йога (зал ЛФК) Карнаухов Е. 16.00 – 18.00 Клуб «Игрополис», настольные игры для взрослых (клуб «Панда») Петин Н. 17.00 Вокалотерапия (танцзал санатория «Сибирь») Фуртун И. 19.00 Встреча с практикующим психологом, специалистом по тибетской медицине «Семейные отношения и воспитание детей или, как стать благодарным» (Клуб «Панда») Жигульская Е.
Дата	Чт. 28.11
Название и краткое содержание	15.00 Раскрепощение с помощью танца (мастер-класс по бальным танцам) (зал ЛФК сан. «Сибирь») Шварц Е. 16.00 – 18.00 Клуб «Игрополис», настольные игры для взрослых (клуб «Панда») Петин Н. 16.00 Встреча с астрологом (библиотека 2 этаж) Кепп М. 17.00 Вокалотерапия (танцзал санатория «Сибирь») Затеев О. 18.30 Хоротерапия «Споёмте, друзья!» (библиотека , 2 этаж) Рехтин Е. 19.00 Познавательная встреча «Чаепитие для здоровья» (№819, 8 этаж сан. «Сибирь») Кох Л.
Дата 29.11	Пятница
Название и краткое содержание	15.00 Медитация «Поющие тибетские чаши» (зал ЛФК) Кепп М. 15.00 Раскрепощение с помощью танца (мастер-класс по бальным танцам) (зал ЛФК сан. «Сибирь») Шварц Е. 17.00 Вокалотерапия (танцзал санатория «Сибирь») Фуртун И. 17.00 Мастер-класс по развитию мелкой моторики и творческих способностей («Славянская кукла») (клуб «Панда») Кисельман А. 19.00 Кардиотренировка «Зумба» (зал ЛФК) Кладова А. 20.00 Йога (зал ЛФК) Карнаухов Е.
Дата 30.11	Суббота
Название и краткое содержание	17.00 Вокалотерапия (танцзал санатория «Сибирь») Фуртун И. 19.00 Йогосмехотерапия (клуб «Панда») Кермен Л.