



Proč (ne)spíme? 23. 5. 2024

AUTOGENNÍ TRÉNINK (AT) - 4. KONFERENCE

AT - CESTA ODPOČINKU A SPÁNKU

Straroměstská radnice Praha 1 – Staré Město, sál architektů
Konference 9.00 – 15.00 hod., registrace od 8.30 hod.



Program AT - cesta odpočinku a spánku.

Přivítání: Proč (ne) spíme?

- Dostálová Veronika - KBT nespavosti – osvědčený model a nové trendy
- Dlabal Martin - Hypnotická relaxace
- Hadasová Katarina- RST – Pecivál pro děti i dospělé
- Jodlová Klára- Nové poznatky o spánku a význam spánkové hygieny
- Kaplan Zdeněk - Praktický lékař neb hypnoterapeut?
- Kmoch Vladimír - Digitální nespavost a léčba s využitím zahrady
- Kůs Jiří - Nanotechnologie a spánek
- Víchová Veronika - Valeriánské kapky jako lék

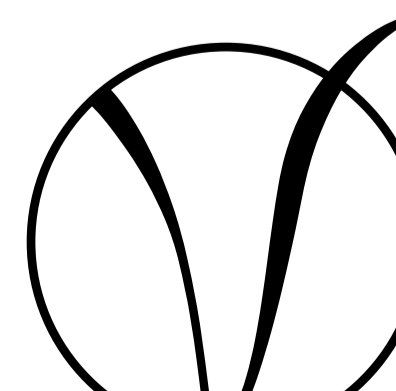
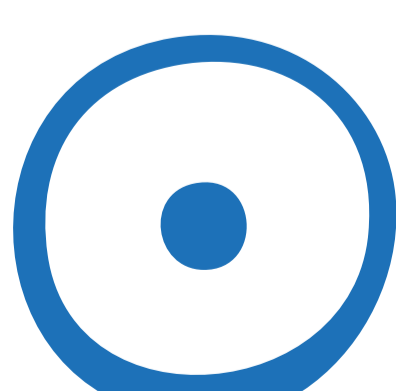


Aroma test a ochutnávka čajů

Zakončení konference a cena nakladatelství Portál.
Občerstvení zajištěno.



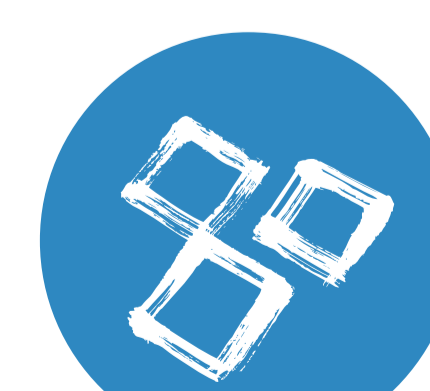
Souhlasné stanovisko AKP č. 952024.
Záštitu Hlavního města Prahy přejímá Ing. Alexandra Udženija



nanoSPACE®



B•Side



www.autogennitrenink.cz | www.valerianum.cz