

Tęsiasi Panevėžio rajono suaugusiųjų švietimo programos „Gyvenimo kokybės gerinimas ir saviugdosa pagrindai“ veiklos. Ramygaloje jau vyko susitikimas ir užsiėmimas su dizainere, fraktalų meistre Brigita Paulauskiene. Menininkė pristatė savo knygą „Nupiešk gyvenimą, kokio nori“, supažindino dalyvius su fraktalinio piešimo metodo galimybėmis sumažinti stresą, ugdyti sąmoningumą, suprasti emocinės būsenos poveikį fizinei sveikatai, atskleisti kūrybinį potencialą.

„Kad būtume laimingi, pradžia reikia tiek nedaug – tik popieriaus lapo, rašiklio ir spalvotų pieštukų dėžutės“, – teigė menininkė.

Spalio mėnesį užsiėmimai suaugusiems, vadovaujami Brigitos Paulauskienės, vyks Paliūniškio bibliotekoje. Kiti užsiėmimai rajono suaugusiesiems spalio mėnesį vyks Dembavoje ir Molainiuose. Užsiėmimą „Kuriamo grožį: namų dekoravimas“ dembaviškiams ves floristė Jurgita Jurėnė.

Molainių bibliotekoje vyks užsiėmimas „Meditacijos būdai: garso terapijos metodas“, vedamas jogos instruktoriaus Vyrenijaus Andrijausko.

Projekto „Gyvenimo kokybės gerinimas ir saviugdosa pagrindai“, skirto suaugusiųjų švietimui, užsiėmimai dar numatyti lapkričio ir gruodžio mėnesiais.

Programos veiklos ir susitikimai bei užsiėmimai su lektorais vykdomi 2018 m. rugsėjo – gruodžio mėnesiais įvairiose Panevėžio rajono bibliotekose. Projekto tikslas – skatinti rajono suaugusiųjų dalyvavimą mokymosi visą gyvenimą veiklose, siūlant jiems aktualias ir patrauklias veiklas, ugdančias pozityvų mastymą, skatinančias bendruomeniškumą, tobulinančias fizines ir dvasines patirti

