

EKSPERIMENTALNI PROGRAM "OKO SOKOLOVO" U CKIM

Vrsta programa: [Seminari](#) [1]

Termin: Utorka, 19. ožujka 2013. - 09:30

U organizaciji Udruge Suncokret-OLJIN "Odgoj za ljubav i nenasilje"

Eksperimentalni program **OKO SOKOLOVO** u organizaciji Udruge Suncokret-OLJIN „Odgoj za ljubav i nenasilje“ održao se u Centru za kulturu i informacije Maksimir (Švarcova 18), koji je i suorganizator.

Program je proveden u šest radionica u trajanju od sat i pol, utorkom i petkom od 9.30 do 11.00 sati u velikoj dvorani Centra (Švarcova 18).

U ovom istraživačko-eksperimentalnom programu sudjelovalo je 20 djece, mladih i odraslih.

Voditelj programa, Čedo Josipović, profesor tjelesne i zdravstvene kulture, orijentirao se na oživljavanje i aktiviranje očnih mišića koristeći tehnike osmišljene od poznatih svjetskih autoriteta, kao što su W. Bates, J. Liberman, R. Gottlieb i drugi. Tu su bile uključene i vježbe za oči, kao i vježbe osvještavanja emocija, opuštanje i masaža mišića oko očiju.

Problem s vidom učestala je pojava u našem užurbanom i prezaposlenom svijetu. Uzroci mogu biti mehanički: previše sjedenja, gledanja TV-a, rad s računalom, dugotrajno čitanje, fizičke povrede i psihičko-emocionalne prirode: utjecaj raznih neugodnih emotivnih situacija u djetinjstvu ili adolescenciji, te dugotrajno nakupljanje stresa. Naravno, nerijetko je u pitanju kombinacija ovih uzroka.

Voditelj programa: dr. sc. Zdenka Đerd

Izvorni URL: <https://mojmaksimir.com/content/eksperimentalni-program-oko-sokolovo-u-ckim>

Linkovi

[1] <https://mojmaksimir.com/kategorije/seminari>