



AreNa Lato Łap Oddech Festival 07.09.2024 TAURON Arena Kraków PLENER

	Sala konferencyjna zachodnia 1.	Sala konferencyjna zachodnia 2.	Sala konferencyjna wschodnia	Łoże LP1+LP2	Łoża L26	Tereny zewnętrzne
10:00 - 11:30	Iwona Lalik-Kozień: <i>Mimika ma relaks</i> - praktyka jogi twarzy	Anka Hostyńska: <i>C(i)ąłoRelacja</i> - teoria i praktyka: jak działa układ nerwowy i jak przywrócić mu równowagę	Agnieszka Łopatowska i Monika Szubrycht: <i>Epidemia Samotności. Jak budować trwałe więzi we współczesnym świecie</i> - panel psychologiczny	Łukasz Wiśnia Wiśniewski: <i>Niewarsztat song writerski</i> - o sztuce pisania piosenek.	Zuza Heczko: <i>Suwerenność żywnościowa w mieście. Ogrodnictwo miejskie, kooperatywy, rolnictwo wspierane społecznie</i> - jak w mieście możemy brać żywność we własne ręce - dostownie i w przenośni	
12:00 - 13:30	Karol Dzedzic: <i>Gest, ruch, ciało, emocje</i> - praca z głosem i emocjami	Sylwia Hensłok: <i>Holistyka Ciała</i> - gimnastyka słowiańska według tradycji białoruskiej	Spotkanie z Mistrzem. <i>Emocje od kuchni</i> - Robert Makłowicz w rozmowie z Agnieszką Łopatowską	Leszek Gnoiński: <i>Jak pisać książki o muzyce?</i> - proces tworzenia, praktyczne wskazówki	Łukasz Gołąbek: <i>Droga do emocji naszego dziecka</i> - wykład i dyskusja	
14:00 - 15:30	Katarzyna Kachel: <i>Ciałooddychanie</i> - warsztat oddechowy	Ewelina Kubiszyn: <i>Oddech jako sztuka</i> - warsztat rękodzielniczy	<i>Emocje twórcy vs. emocje odbiorcy</i> - Matylda Damińska, zespół LOR, Radek Łukasiewicz. Prowadzenie: Kinga Burzyńska	Agata Ptak: <i>Psyche i sex</i> - wykład i dyskusja o seksualności kobiet i mężczyzn	Ada i Sobięstaw Pawlikowscy: <i>Uchwycić obraz, gdy gra muzyka</i> - leśna ABC fotografii koncertowej	Sylwia Tałach: <i>Kąpiel</i>