



knjižnica  
škofljica

predavanje

Mateja Fi

# NAD NESPEČNOST Z ENOSTAVNIMI VAJAMI

sreda, 5. februar, ob 19.00

Na predavanju bomo nagovorili temo nespečnosti, težav s spanjem in kako na vse skupaj vpliva naš živčni sistem. Predavateljica bo podala uporabne vaje, ki jih lahko vnesete v svoj vsakdan.

mestna knjižnica ljubljana  
[www.mklj.si](http://www.mklj.si)