



НЧ „Асен Златаров 1940“ открива новия сезон с нови програми за деца и възрастни

Вторник, 15 Септември 2026

Народно читалище „Асен Златаров 1940“ – Бургас посреща новия сезон с нови инициативи за деца и възрастни. През есента стартират ателие по терапевтично писане за жени и курс по бебешки масаж, а заниманията по жестомимика за бебета и малки деца продължават.

„Отново към себе си“ е ново ателие по терапевтично писане, създадено за жени, които искат чрез писането да се вгледат в собствените си истории, чувства, избори и желания. Не са необходими литературни умения – идеята е писането да се превърне в средство за по-добро разбиране на себе си.

В рамките на 10 тематични срещи ще бъдат разгледани теми като свободното писане, връзката между тялото и емоциите, семейните послания, самооценката, личните граници и уменията да оставяме миналото зад себе си. Всяка среща включва кратко въведение, практически упражнения и свободно писане, като написаното остава лично и не е необходимо да бъде споделяно.

Водещ е психологът Елена Гогова. Ателието започва през октомври 2026 г., а срещите са с продължителност два часа и се провеждат в малка група. Цената е 20 евро на среща плюс материали. Възможно е участие и в отделни срещи. Записването е предварително на тел. 0876 570 339.

Продължават и заниманията по жестомимика за най-малките, които се провеждат всяка сряда. От 10:00 до 11:30 ч. са срещите за деца от 1 до 3 години, а от 13:00 до 14:30 ч. – за бебета до 18 месеца. Чрез детски песни, танци и жестове малчуганите се учат да изразяват своите нужди и емоции още преди да проговорят. След заниманията има време за свободна игра и общуване.

Нова възможност за най-малките и техните родители е и шестседмичният курс по бебешки масаж за бебета до 8-месечна възраст. Заниманията ще бъдат всеки вторник от 12:00 до 13:00 ч. Родителите ще усвояват техники, които могат да прилагат в ежедневието и да превърнат масажа в спокоен момент на близост с детето.

Водещ на курса е Диана Аракелян.

За всички програми е необходимо предварително записване. Допълнителна информация може да бъде получена от Народно читалище „Асен Златаров 1940“ на тел. 0899 941 251 – Диана Аракелян.