Сенсорная комната - волшебный мир здоровья

Сенсорная комната или комната психологической разгрузки - это специально организованная окружающая среда, с помощью которой создаётся ощущение комфорта и безопасности. Это спокойная цветовая гамма обстановки, мягкий свет, приятные ароматы, тихая нежная музыка - все это создает ощущение покоя, умиротворённости.

Пребывание в сенсорной комнате способствует:

- улучшению эмоционального состояния;
- снижению беспокойства и агрессивности;
- снятию нервного возбуждения и тревожности;
- снятию страхов, невротических состояний;
- снижению состояния гнева;
- снятию последствий глубокого стресса и депрессии;
- нормализации сна;
- активизации мозговой деятельности;
- ускорению восстановительных процессов после заболеваний;
- развитию самостоятельности, навыкам общения и самообслуживания;
- развитию двигательных и психических навыков.

Если вы желаете улучшить свое психического и физического здоровье, снять мышечное и психоэмоциональное напряжение, такие как стресс и депрессия, достичь состояния релаксации и душевного равновесия, или просто отвлечься и отдохнуть, мы ждем вас в нашей волшебной комнате!