

## **О методах арт-терапии расскажут в СВАО**

30.09.2019

В пространстве «Мой социальный центр» 1 октября пройдет встреча «Саунд-арт». Участники узнают о методах арт-терапии, музыкотерапии, звукорезонансной терапии.

— Каждому гостю будет предложено попробовать освоить технику релаксации с использованием восточных музыкальных инструментов негармонического обертонового звучания. Это инструменты, издающие высокочастотные звуки, прослушивание которых дает подпитку коре головного мозга человека, восстанавливает силы, приводит слушателя в состояние глубокой релаксации и даже способствует укреплению иммунитета, — рассказал один из организаторов.

Начало в 16.00. Участие бесплатное. Напомним, адрес центра: Сущевский Вал, 31, стр. 2.

---

Адрес страницы: <http://severnoy.mos.ru/presscenter/news/detail/8383971.html>

---

[Управа района Северный города Москвы](#)