

Exkurzia v Soľnej jaskyni v Prešove

Dňa 23. 6. 2021 sa uskutočnila odborná exkurzia žiakov externého študijného odboru masér. Žiaci spolu s vyučujúcimi Mgr. Martinou Stašíkovou, Mgr. Annou Kašprikovou navštívili Soľnú jaskyňu v Prešove.

Súčasťou exkurzie bola aj krátka prednáška o pozitívnych účinkoch pobytu v soľnej jaskyni na ľudský organizmus.

Soľná terapia má širokospektrálne účinky:

- záporné ióny, ktoré sa zo soli uvoľňujú, majú blahodarný účinok na náš organizmus – podporujú naše zdravie a zmierňujú únavu a stres.
- opakovaný pobyt v soľnej jaskyni pomáha zlepšiť stav pri: astme, alergiách, bronchitíde, sinusitíde, posilňuje imunitný systém a tak zvyšuje odolnosť organizmu voči mnohým ochoreniam.

Praktická skúsenosť s touto formou terapie žiakov rozhodne obohatila a verím, že prispeje k úspešnému vykonaniu maturitnej skúšky z odbornej zložky.

Mgr. Anna Kašpriková



