



## Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 19

ul. Eugeniusza Lokajskiego 3, 02-793 Warszawa  
tel. 513 905 022, ppp19@eduwarszawa.pl  
<https://ppp19.ursynow.warszawa.pl>

# FOTOTERAPIA

Drodzy Rodzice,

Zapraszamy do skorzystania z urządzenia terapeutycznego Lampy Fotovita FV 10 L w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej nr 19.

Jesień i zima to czas, który u wielu osób wiąże się z osłabieniem organizmu, zmęczeniem oraz brakiem energii. Terapia światłem pozwala:

- ✓ łagodzić stany lękowe i poprawiać nastrój,
- ✓ wspierać koncentrację oraz wyciszenie emocji,
- ✓ redukować stres i wspomagać relaksację.

Regulamin korzystania z lampy do fototerapii znajdą państwo w rejestracji i na stronie internetowej poradni.

Zapraszamy!

