ปรับสมดุลให้ร่างกาย

อ.อชิระวิชญ์ ภักดิ์โชติพงศ์ ผู้เชี่ยวชาญการถ่ายทอดทักษะการจัดระบบความคิดและชีวิต ร่วมเป็นวิทยากร ในกิจกรรม “Spiritual Health” ภายใต้โครงการ SOOK Activity ซึ่งจัดขึ้นโดย สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) เพื่อนำเสนอทางเลือกเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมโดยจะช่วยในการดูแลสมดุลไม่ว่าจะเป็นด้านความคิด ด้านจิตใจ และด้านร่างกาย ที่เป็นส่วนสำคัญในการสร้างเสริมการมีสุขภาพกายและใจที่ดี ซึ่งมีผู้สนใจเข้าร่วมกิจกรรมเป็นจำนวนมาก เมื่อเร็ว ๆ นี้ ณ ศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ซอยงามดูพลี กรุงเทพฯ

สำหรับผู้ที่สนใจ กิจกรรมดีๆแบบนี้ สามารถติดตามรายละเอียดกิจกรรมอื่น ๆ และดูข้อมูลองค์ความรู้ของ SOOK Activity ได้ทาง www.thaihealth.or.th/sook , www.facebook.com/sookcenter หรือสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม โทร 081-731-8270