

Живите в мире радуги – жизнь перестанет казаться серой!

- ♥ Красный повышает внутреннюю энергию, способствует нормализации кровообращения и обмена веществ.
- ♥ Оранжевый помогает победить усталость, хандру, депрессию, неуверенность, тревогу и страх (например, перед экзаменом).
- ♥ Жёлтый повышает концентрацию внимания, улучшает настроение и память. Считается, что его влияние благотворно при нарушениях работы печени.
- ♥ Зелёный способствует ритмичной работе сердца, отдыху глаз, оказывает некоторое противовоспалительное и противоаллергическое действие, полезен при сниженной функции почек, головокружении, нервозности.
- ♥ Голубой успокаивает, повышает иммунитет, снимает воспаление и ощущение жжения, например, при солнечных ожогах, боли в горле, благоприятно влияет на работу щитовидной железы.
- ♥ Синий помогает при бессоннице, вызывает ощущение покоя, снимает напряжение, снижает артериальное давление, успокаивает дыхание.
- ♥ Фиолетовый усиливает интуицию, нормализует состояние лимфатической системы, помогает при мигренях (головной боли).

Принять сеанс цветотерапии может каждый желающий.

Прохладным вечером озябли?

Наденьте красные носки, свитер и согреетесь намного быстрее, чем в одежде белого или голубого цвета.

Встали не с той ноги?

Выпейте стакан оранжевого сока, накиньте оранжевый шарфик, и настроение под действием цветной инъекции начнёт улучшаться.

Педагог-психолог Мельникова Маргарита Олеговна

