

## Полезьа вышивания

Может ли быть польза в таком, казалось бы, праздном занятии на уровне хобби, как вышивка? Может! И есть!

Занятия в этом направлении в нашем центре реабилитации с получателями социальных услуг старше 18 лет проводит инструктор по труду Авджян Любовь Юрьевна.

Вышивание способствует улучшению внимательности, также успокаивает нервную систему, что, в свою очередь, предупреждает развитие стрессовых ситуаций, и является хорошим профилактическим методом от многих заболеваний. Так как во время процесса вышивания происходит стимуляция многочисленных точек на ладонях.

Когда работа выполнена, человек получает глубокое моральное удовлетворение. А если эту вышивку оценят и окружающие, то это еще и повышает собственную самооценку.







