

MEETODID JA TEGEVUSED

TOETAVAD MEETODID JA TEGEVUSED

FÜÜSILINE TOIMETULEK PSÜHHOSOTSIAALNE TOIMETULEK HINGELINE TOIMETULEK

Tasakaal	Suhtlemine	Tähtpäevade tähistamine
Hingamine	Otsuste tegemine	Elu ja surm
Kinesioteraapia	Õppimine	Religioossus
Liikumine ja teisaldamine	Mälu	Vaartused
Keha liigutamine	Meeleolu	
Asend	Taju	
Rüht	Sotsiaalsed oskused	
Lõõgastamine		
Tajumine		
Lihaste tugevdamine		
Lihaste venitamine		
Kõndimine		