

N e m o c   potřebuje informaci. Tou může být lék, ale i jen myšlenka. ....



R a d o s t   je cílová emoce, která by měla naším životem prostupovat. Spousta lidí se ale dnes radovat moc neumí. Stejně jako komunikovat nebo rozlišovat mezi dobrem a zlem.

R a d o s t   je skvělá emoce, protože bere celý organismus do harmonie. Smích je univerzální reakce po celém světě, vede k poklesu stresových hormonů a zlepšení imunitních parametrů, lepší náladě a lepšímu sociálnímu fungování.“

MUDr. Radkin Honzák připouští, že hezkých, dobrých a šťastných chviliek během dne asi moc není. „Ale my se je musíme naučit vychytávat. Jinak večer řekneme: To byl zase den! A v sobotu: To byl zase tejden! A v krematoriu nakonec nadzvedneme víko od rakve a řekneme: To byl ale život! Je třeba aktivně hledat hrozinky ve vánočce, což není jednoduché.“

# Přijďte

**pochopit**, jak funguje naše tělo

**dozvědět se**, proč je „duše v břiše“

**objevit** skryté mechanismy, které utvářejí naše chování i prožívání

**najít** recept na životní spokojenost, šťastnější život - dokud dar života je nám dán

**vyslechnout přednášku** psychiatra, publicisty, vysokoškolského pedagoga

## MUDr. Radkina HONZÁKA



## PSYCHOSOMATIKA - VZTAH TĚLA A DUŠE

# ve čtvrtek 22. listopadu 2018 v 18,00 hodin

**Městská smuteční obřadní síň v Jičíně  
provozovaná PS MAJÁK Technických služeb**

**MUDr. Radkin Honzák pracuje v centrech IKEM a REMEDIS,  
jako sekundární lékař Psychiatrické nemocnice v Bohnicích,  
asistent na Ústavu všeobecného lékařství  
1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy.  
Pedagogicky působí na 1. lékařské fakultě a Fakultě sociálních věd UK.**

**Jednoznačně se při své práci psychiatra i v životě přiklání k  
psychosomatickému přístupu (bio-psycho-socio-spirituální koncepci).  
Je autorem mnoha populárně-naučných knih.**

