

YLIVIREYS

Aktiivisuus, energisyys

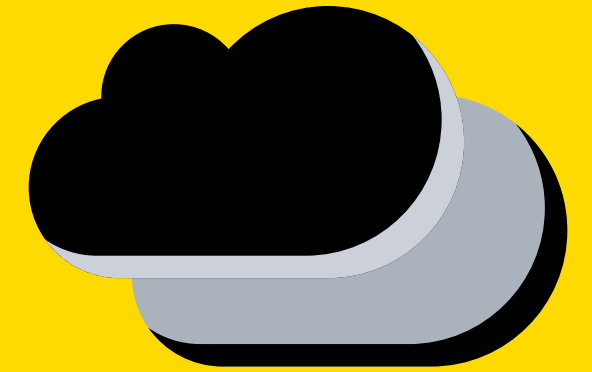
Paljon ajatuksia,
mielikuvia



Pura toimintaan



Vaikuta äänimaisemaan



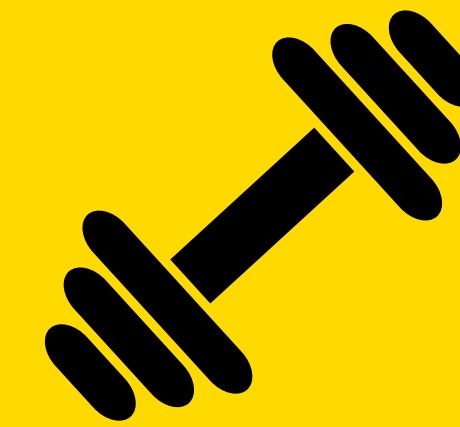
Vaikuta valaistukseen

Herkkyys, voimistuneet
aistimukset

Sydämensyke,
hengitys
kiihtyneet



Ota tila



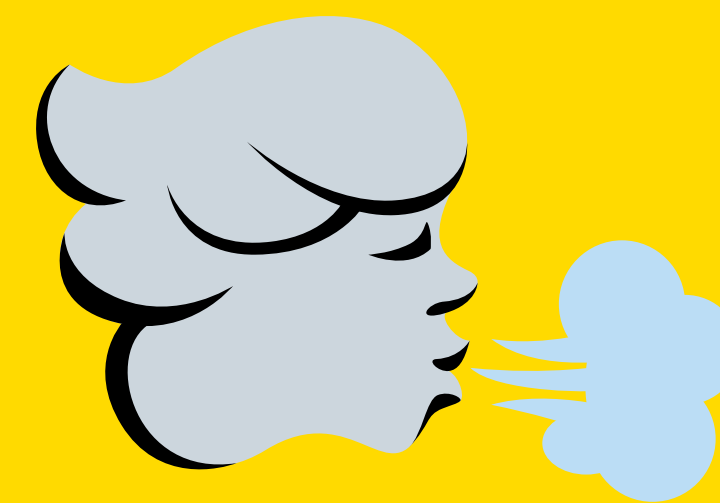
Raskaat toiminnot rauhoittavat



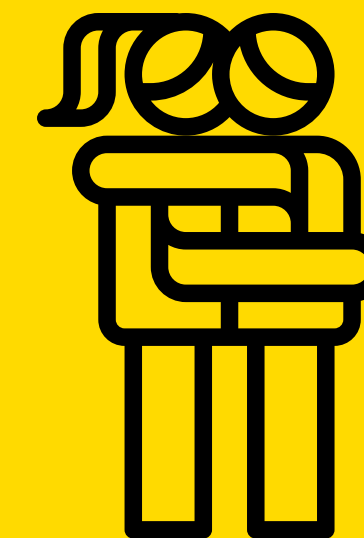
Painoliivi

Liikettä, levottomuutta

Valppaus



Puhallus, uloshengitys



Kosketus, läheiset



Ravinto

ALIVIREYS

Uneliaisuus, passiivisuus

Ajatukset, prosessointi
hidastuu



Nouse pystyasentoon



Vaikuta äänimaisemaan



Vaikuta valaistukseen

Tunteiden, aistimusten
väheneminen, turtuminen

Sydämensyke,
hengitys hitaat



Kiinnitä huomio ympäristöön



Näprää



Riehu, leiki

Liikkumattomuus,
velttaus

Energian säätötila



Sisäänhengitykset



Hyödynnä läheisiä



Ravinto



Sosiaali- ja
terveysministeriön
RAHOITTAMA

Honkalampi

Perpe-keskus