

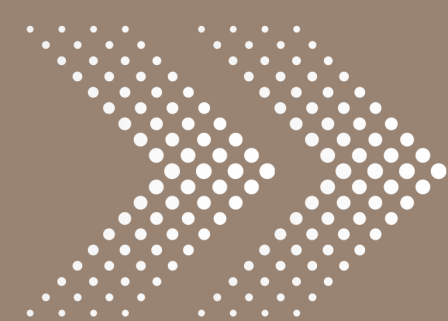


WEBINÁR

AKO ZDOLAŤ STRES A BLUDNÝ KRUH VYČERPANIA



DUŠEVNÉ ZDRAVIE



3

KREDITY

17. APRÍL | od 17.00
2024 | hod.

PARTNER



Mgr. Janette Šimková
Akreditovaná koučka a supervízorka



Mgr. Monika Rusnáková, PhD.
Liečebná pedagogička a terapeutka Dôvera, z.p.

REGISTRÁCIA: <https://sdu.sk/lm4>

LEKÁR, a.s.

Ing. Mária Lacová
maria.lacova@lekarnet.sk
+421 911 199 723



AKO ZDOLAŤ STRES A BLUDNÝ KRUH VYČERPANIA

DUŠEVNÉ ZDRAVIE

17. apríl 2024

17:00 - 19:00 hod.



DOZVIEME
sa

- AKO ZDRAVO ODVÁDZAŤ STRES A PREPÄTIE MIMO SEBA.
- AKO NEUTRALIZOVAŤ TOXICKÉ MYŠLIENKY A TOXICKÝCH ĽUDÍ.
- KDE ČERPAŤ MENTÁLNU ENERGIU A AKO SI JU CHRÁNIŤ.
- AKO DOCIELIŤ ROVNOVÁHU MEDZI PSYCHÉ A TELOM.
- AKO NASTAVIŤ VYVÁŽENOSŤ MEDZI DRUHÝMI A SAMÝMI SEBOU.
- NA DUŠEVNOM ZDRAVÍ ZÁLEŽÍ *Dôvera, z.p.*
- UŽ 5 ROKOV ROZVÍJAME TÉMY S DÔRAZOM NA STRES A VYHORENIE *Dôvera, z.p.*
- "VZDIALENE A PREDSA BLÍZKO" *Dôvera, z.p.*
- NÁSTROJE ÚČINNEJ A BEZPEČNEJ POMOCI *Dôvera, z.p.*



LEKÁR, a.s.

Ing. Mária Lacová

maria.lacova@lekarnet.sk

+421 911 199 723