

BEZPŁATNY TRENING EMOCJE - JAK NIMI STEROWAĆ, BY CZUĆ SIĘ DOBRZE.

Będziemy poznawać i ćwiczyć praktyczne sposoby:

- radzenia sobie z trudnymi emocjami (oraz negatywnymi prognozami, do których nas skłaniają),
- nauczyć się uzyskiwać dobre / lepsze samopoczucie.

By mieć wybór i umieć przejść przez życie z pozytywnym nastawieniem – jeśli tego chcemy.

Zapisz się już dziś na bezpłatną konsultację wstępną do prowadzącej mgr Agaty Swobody !!!

Zajęcia ruszają już...

5.10.2019 r. godz. 14:15 Placówka w Warszawie,
ul. Heroldów 19a (8 spotkań),

9.11.2019 r. godz. 14:15 Placówka w Chotomowie,
ul. Mała 11 (4 spotkań).

Więcej informacji w rejestracji lub pod numerem tel.



512-895-218



**Fundacja
Psyche**
STREFA POZYTYWNYCH MYŚLI



EDUCATIO
Poradnia Zdrowia Psychicznego

Liczba miejsc ograniczona