ChSCh
Chrześcijańska
Służba Charytatywna

POKONAĆ STRES

OD 5-29 LISTOPADA, PON. I CZW. GODZ 16:30

SŁUPSKIE CENTRUM ORGANIZACJI POZARZĄDOWYCH I EKONOMII SPOŁECZNEJ UL. NIEDZIAŁKOWSKIEGO 6

ZAPISY POD NR. TEL. 791 349 494

POKONAĆ STRES...

Codziennie musimy stawić czoła dziesiątkom wyzwań, niepokojów i problemów. W wyniku wielokierunkowych presji osobistych, społecznych i zawodowych przestajemy panować nad stresem co objawia się gniewem, spadkiem nastroju, depresją, wieloma chorobami, uzależnieniami, paraliżem życiowym, kompromisami moralnymi. Czy tak musi być...

PROGRAM:

CZYM JEST STRES?

CZY MOŻNA ŻYĆ BEZ STRESU?

JAKIE SĄ JEGO PRZYCZYNY I SKUTKI?

JAK NAD NIM ZAPANOWAĆ, BY NAS NIE NISZCZYŁ.

SERDECZNIE ZAPRASZAMY

WSTĘP WOLNY