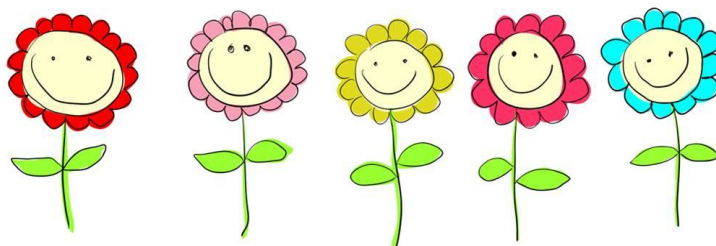


Seminář „Jak si utvářet životní spokojenost“



Kdy: čtvrtek 10.5. 2012, 8:45 – 16:00 hod.

Kde: Centrum pro integraci cizinců (budova Agrostavu), B. Němcové 2625, Pardubice

Popis semináře:

Seminář „Jak si utvářet životní spokojenost“ vám ukáže:

- vlastní nefunkční předsudky, přesvědčení a myšlenky
- jak si osvojit funkční a přínosný přístup ke svému životu
- sílu vašich myšlenek a emocí
- jak si zvýšit svoje sebevědomí
- jak žít spokojený a radostný život

Na semináři projdeme všechny životní oblasti jako je zdraví, vztahy, práce, prosperita, duševní vyrovnanost. Budeme se zabývat smysluplností života a našimi myšlenkami a pocity. Také se dovíte, jak důvěřovat životu, jak se uvolnit (čekají vás jednoduché cviky systému Body to Brain, které můžete dělat kdykoliv a kdekoliv) a jak plout se svým životním proudem.

Lektorka: seminářem vás bude provázet psycholožka Mgr. Jitka Nesnídalová.

(více na www.jnesnidalova.cz nebo na informačním portálu www.jnesnidalova.webnode.cz)

Cena: 270Kč pro dobrovolníky

1050Kč pro ostatní

Přihlásit se můžete na mailu do 5. 5. 2012 lenka.mikolaskova@email.cz,

tel.: 777 593 749 nebo u svých koordinátorek

Počet míst omezen.