

Program na září

Téma: **Rakovina kostí a měkkých tkání**

26. září 2017 • 16:00 - 17:00

Krajská vědecká knihovna v Liberci, 4. patro - malý sál

JAK NA STRES PŘI NEMOCI A NEJEN PŘI NÍ

s psycholožkou Mgr. Klárou Hákovou

Snížení stresu a klidný spánek - k tomu má přispět praktický nácvik relaxačních technik pro odbourání napětí a stresu. Stres je, jak známo, jedním z důležitých spouštěčů onemocnění. Pojdte se s námi naučit jak nad ním vyhrát!

Účast je zdarma.



Přihlášení na: 608 458 277 nebo liberec@amelie-zs.cz