

MEGHÍVÓ

„AZ IFJÚSÁG MENTÁLIS ÉLETÉNEK FEJLESZTÉSE BÉKÉSCSABÁN »A TÁRSADALMI EGYÜTTMŰKÖDÉS ERŐSÍTÉSÉT SZOLGÁLÓ HELYI SZINTŰ KOMPLEX PROGRAMOK BÉKÉSCSABA MJV TERÜLETÉN» TÁRGYÚ, TOP-6.9.1-15-BC1-2016-00001 AZONOSÍTÓSZÁMÚ PROJEKT KERETÉBEN MEGVALÓSULÓ - A FIATALOK LELKI EGÉSZSÉGÉNEK MEGŐRZÉSE TÉMÁBAN „CSALÁDBAN, EGÉSZSÉGBEN”

A rendezvény neve: **A relaxáció helye a mentálhigiénében**

A rendezvény időpontja: **2018. december 13.; 14:00 – 16:00 óráig**

A rendezvény helyszíne: **Békés Mérték Községi Ház
Békéscsaba, Békési út 40.**

Szervező: **Mentálhigiénés Egyesület**

PROGRAM:

Az autogén relaxáció megtanulható. A lelki egészség megőrzésére, helyreállítására bevált módszer. “Bevésődés” esetén bármikor elővehető eszköz a stressz oldására, feszültségcsökkentésre.

A rendezvényen való részvétel ingyenes!

SZÉCHENYI 



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE