

Előadás - sorozat tavasszal is! ÖN MIT CSINÁL CSÜTÖRTÖK ESTÉNKÉNT?

Nekünk, itt a Pécsi Egészségfejlesztési Irodánál van egy ötletünk!
Vegyen részt előadásainkon, online, otthona kényelméből.

Nyitó alkalmunk

**2021. február 4. 18:00 - Endorfinok: humor, szex,
vidámság**

Avagy a gondolkodás, ami gyógyít, vagy megbetegít!

További alkalmak

2021. február 11. 18.00 Depresszió helyett mondj IGEN-t az életre!

2021. február 18. 18.00 A veszteségkezelés 4 gyakorlati lépése

2021. február 25. 18.00 Önértékelés: Ön értékkel... És? - Mit, hogyan,
miért?

2021. március 4. 18.00 Mi a Te logód? Stigmák és az Önértékelés

2021. március 11. . 18.00 Tényleg jobb félni, mint megijedni? -

Szorongás vagy bizalom, félelem vagy szeretet

Elérhetőség

<https://www.eeipecs.hu/stressz>

Pécsi Egészségfejlesztési Iroda



SZÉCHENYI 2020

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE