

1 & 2 2017
ΑΠΡΙΛΙΟΥ
10:00-14:00



WORKSHOP ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΓΧΟΥΣ

ΜΑΡΙΑ - ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΒΙΤΑΛΗ

Ψυχολόγος
Ειδικευόμενη Ψυχοθεραπεύτρια

ΣΟΦΙΑ ΗΛΙΟΠΟΥΛΟΥ

Ψυχολόγος, MSc
Ειδικευόμενη Ψυχοθεραπεύτρια

Προθεσμία Εγγραφών:

27 Μαρτίου 2017

Κόστος συμμετοχής workshop:

60 €

ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΣ

Στόχος του workshop είναι οι συμμετέχοντες να εκπαιδευτούν σε θεωρητικό και πρακτικό επίπεδο στην αντιμετώπιση του άγχους. Ειδικότερα, θα πραγματευτούμε τα είδη του άγχους, τις πηγές του, το πως το άγχος εμπλέκεται στις καθημερινές πτυχές της ζωής μας & πώς μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε διάφορες τεχνικές χαλάρωσης, με σκοπό τη διαχείριση και τη μείωση του άγχους.

☎ 6940 750 391

ΓΡΑΒΙΑΣ 21, ΝΕΑ ΕΡΥΘΡΑΙΑ, 14671, ΙΣΟΓΕΙΟ

** Θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας

18 & 19 2017
ΜΑΡΤΙΟΥ
10:00-14:00



WORKSHOP ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΓΧΟΥΣ

ΣΟΦΙΑ ΗΛΙΟΠΟΥΛΟΥ

Ψυχολόγος, MSc
Ειδικευόμενη Ψυχοθεραπεύτρια

ΜΑΡΙΑ - ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΒΙΤΑΛΗ

Ψυχολόγος
Ειδικευόμενη Ψυχοθεραπεύτρια

Προθεσμία Εγγραφών:

13 Μαρτίου 2017

Κόστος συμμετοχής workshop:

60 €

ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΣ

Στόχος του workshop είναι οι συμμετέχοντες να εκπαιδευτούν σε θεωρητικό και πρακτικό επίπεδο στην αντιμετώπιση του άγχους. Ειδικότερα, θα πραγματευτούμε τα είδη του άγχους, τις πηγές του, το πως το άγχος εμπλέκεται στις καθημερινές πτυχές της ζωής μας & πώς μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε διάφορες τεχνικές χαλάρωσης, με σκοπό τη διαχείριση και τη μείωση του άγχους.

☎ 210 89 83775 / 6984 194 164

ΛΑΖΑΡΑΚΗ 25, ΓΛΥΦΑΔΑ, 16675, 2ος ΟΡΟΦΟΣ

** Θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας