

Datum: 2. 3. 2018
Številka: 6009-7/2018/1



VABILO na delavnico za starše

SKRB STARŠEV ZASE

Delavnica bo potekala v treh delih:

1. **Stres in izgorevanje**, predavateljica Sabina Šilc, uni. dip. psih, družinska terapevtka
2. **Vaje za telo in duha**, predavateljica Anja Pečaver, prof. šp. vzg.
3. **Sproščanje v ustvarjalni delavnici**, predavateljica Tanja Rudolf, diplomirana slikarka

Trajanje: 3 ure

Datum in kraj: 15. 3. 2018 ob 16:00 v Centru IRIS, Langusova ulica 8, 1000 Ljubljana

Na delavnici se bomo pogovarjali o stresu v vsakdanjem življenju in o tem, kako ta stres zmanjševati z različnimi vajami in tehnikami sproščanja.

Prijave sprejemamo do ponedeljka, 12. marca 2018 na naslov: anja.pecaver@center-iris.si.

Lepo vas pozdravljamo in verjamemo, da se vidimo.

Anja Pečaver, prof. šp. vzg.



mag. Nina Čelešnik Kozamernik,
koordinatorka projekta



Katjuša Koprivnikar,
ravnateljica Centra IRIS

