Автор: Administrator
12.02.2015 07:21 -

Уважаемые выпускники и слушатели Президентской программы!

Приглашаем Вас принять участие в семинаре «Стресс-менеджмент: управление эмоциональным состоянием»,

который состоится **19 февраля 2015 года.**

Семинар-тренинг направлен на практическую работу со стрессовыми состояниями.

В программе тренинга используются древне-восточные дыхательные техники, а также телесно-ориентированные упражнения, которые помогают управлять своим эмоциональным состоянием, а также направлены на общее оздоровление всего организма.

Участие в занятии дает возможность для дальнейшего использования данных практик самостоятельно в повседневной жизни.

Автор и ведущий: духовно-ориентированный психолог, автор и ведущая семинаров-тренингов «Работа со стрессом как профилактика болезней и эмоционального состояния», «Публичное выступление: учимся получать удовольствие», «Изобилие в нашей жизни», **Полина Жукова.**

[illegible] обращаться во Владимирский региональный [illegible]