

relaxációs tanfolyam **AUTOGÉN TRÉNING**

**A DEBRECENI EGYETEM
MENTÁLHIGIÉNÉS ÉS
ESÉLYEGYENLŐSÉG KÖZPONTJA
INGYENES AUTOGÉN TRÉNING,
RELAXÁCIÓS TANFOLYAMOT
SZERVEZ A DEBRECENI EGYETEM
DOLGOZÓI SZÁMÁRA.**

A csoport indulását egyéni beszélgetés előzi meg, egyeztetett időpontban. A csoport indulása előtt a DEMEK szerződést köt a résztvevőkkel.

VÁRHATÓ IDŐPONTOK:
AUGUSZTUS: 6, 13, 19, 27
SZEPTEMBER: 3, 10, 17, 24
OKTÓBER: 2, 8, 15, 22
(1,5 ÓRA/ALKALOM)

A jelentkezéseket a 2021. 06.24-ig várjuk, a <https://demek.unideb.hu/hu/node/756> weboldalon elérhető jelentkezési lap visszaküldésével a demek@2unideb.hu e-mail címre. További információ: www.demek.unideb.hu
Tel.: 06-30-436-4790



AZ AUTOGÉN TRÉNING ELŐNYEI:

- PIHENTETI A TESTET
- MEGNYUGTATJA A LELKET
- ERŐSÍTI A SZELLEMET

