



TEDEN VSEŽIVLJENJSKEGA UČENJA LIFELONG LEARNING WEEK

Vljudno vabljeni na delavnico STRES NA OBISKU – KDO GA JE POVABIL?

Namen delavnice je, da se dotaknemo stresa, kot pomembne tematike, ki dan danes močno vpliva na kakovost našega življenja in predvsem na zdravje ter vitalnost. Pogledali bomo kaj lahko storimo sami, da se postopno izvlečemo iz njegovega primeža. Želimo doseči, da udeleženci ozavestijo področje, kjer imajo stresne situacije, prepoznajo svoj obraz stresa ter na kakšen način delujejo, da se ujamejo v past. Hkrati pa bomo pogledali, kaj lahko naredijo, da to presežejo in zaživijo bolj polno in zdravo.

KDAJ: PONEDELJEK, 22. 5. 2017, ob 17.00

KJE: HRASTNIK, Mladinski center Hrastnik, Naselje Aleša Kaple 9a

Z VAMI BO: Ksenija Lapornik, ASPEKTI d.o.o.

OBISK PRIREDITVE JE BREZPLAČEN!

Obvezne predhodne prijave na tel. št. **03 56 55 123, 03 56 55 120** ali elektronski naslov mateja.pistotnik@zlu.si



ZASAVSKA
LJUDSKA
UNIVERZA

www.zlu-trbovlje.si
<http://tvu.acs.si/koledar/>



SLOVENIJA, UČEČA SE DEŽELA

