**Vabilo na 3. brezplačno predavanje**

**v seriji delavnice "ADIJO STRES"**

*Vabimo vas na 3. (od 10-ih) predavanj, ki bo potekalo*

***24. novembra 2024*** *od* ***18.30 do 19.45*** *v* ***ČS Dravlje****.*

*Na delavnici, ki jo bo vodil mag.* ***Andrej Renčelj****, učitelj joge, bomo obnovili dosedanje znanje in spoznali kognitivne tehnike obvladovanja stresa ter ozavestili podporo pri soočanju stresa, ki jo najdemo v vsakdanjem življenju.*

*Delavnica je primerna za vsakogar, ne glede na predznanje.*

***Nasvet:*** *Oblecite se udobno zaradi praktičnih vaj sproščanja.*

***Lokacija:*** *ČS Dravlje, Draveljska  ulica 44, 1117 Ljubljana*

*Prijave niso potrebne – vabljeni!*

