



Poradenské centrum UTB zve všechny
zaměstnance a zaměstnankyně na workshop

Psychosomatika aneb tělo a duše v rovnováze

- **Lektorka:** Mgr. Alice Kutnarová, psycholožka a instruktorka zdravotní tělesné výchovy
- **Kdo:** všichni
- **Kdy:** 31. 10. 2024, 09:00 – 13:00
- **Kde:** U18/508
- **Zasílání přihlášek:** poradenstvi@utb.cz

Anotace:

Chcete lépe porozumět procesu vzniku nemocí, uzdravení a tomu, jak do těchto procesů můžeme zasáhnout svou myslí? Jak naše psychika ovlivňuje naše tělo? Na workshopu se seznámíte s tím, jak psychosomatika funguje a proč naše tělo nezapomíná. Společně se zaměříme na porozumění traumatu. Ponecháme prostor pro Vaše osobní příklady a zkušenosti.

Pohodlné oblečení s sebou, možná si i trochu uvolníme tělo (a snad i duši). 😊



Přihlášky: poradenstvi@utb.cz
Anotace: utb.cz/orlz

Vzdělávání na UTB