

POZVÁNKA NA SEMINÁŘ

RELAXACE JAKO OCHRANA PROTI STRESU

Seminář je určen všem, kteří si chtějí vyzkoušet různé způsoby relaxací. Relaxační techniky představují formu cvičení, jehož cílem je psychické a fyzické uvolnění, zlepšují však i schopnost sebeuvědomění a sebeovládání. Širší uplatnění mají obecně při zvládnutí stresových a zátěžových situací. Pomáhají však např. i rozvoji kreativity a dobrému životnímu pocitu.

Účastníci ze zdravotních oborů - všeobecná sestra, porodní asistentka, zdravotní laborant, nutriční terapeut, zdravotněsociální pracovník, fyzioterapeut, radiologický asistent, farmaceutický asistent, ergoterapeut a zdravotnický záchranář
navíc obdrží Osvědčení s přidělenými kreditními body POUZP.

Termín: 22. června 2011 od 15,00 do 19,00 hod.

Ohodnocení: 4 kreditní body

Lektor: Zdeňka Rusnoková - terapeutka

Místo: DK Akord, Nám.SNP 1, Ostrava-Zábřeh, 3.patro, dv.č.303

Cena: 400,- Kč (v ceně je občerstvení a nápoje), platba na místě v hotovosti 500,- Kč

Program: Relaxace, autogenní trénink, kontaktní relaxace, imaginace

- * **Vezměte si sebou podložky, volný oděv na relaxaci, přezůvky, teplé ponožky, podle počasí popřípadě i deku**
- * Přihlášky můžete podávat obyčejnou nebo elektronickou poštou na výše uvedené kontakty do **18.6.2011**
- * Platit je možné převodem z účtu na číslo účtu: **43-5183150257/0100, VS:22062011, KS: 308** Uveďte kromě VS i Vaše jméno a příjmení (pro identifikaci platby).
- * **Storno podmínky:** 7 dní předem 50%, v den konání akce 100%. Je možné za sebe poslat náhradníka. Děkujeme za pochopení.

Těšíme se na milá setkání s Vámi

Zdeňka Rusnoková

.....

Závazná přihláška na seminář Relaxace jako ochrana proti stresu 22.6.2011

Jméno a příjmení.....

Datum narození..... Povolání:

Adresa.....

tel:..... Email:.....

Zaplaceno dne Podpis.....

Žádám vystavení daňového dokladu – faktury: ANO – NE

V případě, že žádáte vystavení faktury, zašlete současně fakturační údaje