

Αθήνα, 23.9.2016

Ομάδα Ψυχικής Ενδυνάμωσης & Ισορροπίας

Ο Σ.Υ.Α.Ε. βλέποντας τη μεγάλη συμμετοχή και ανταπόκριση που είχαν τα εργαστήρια ενηλίκων που διοργάνωσε τα προηγούμενα χρόνια, δίνει τη δυνατότητα σε όλα τα μέλη του να συμμετέχουν δωρεάν σε Ομάδα Ψυχικής Ενδυνάμωσης & Ισορροπίας.

Η φροντίδα του εσωτερικού μας κόσμου αποτελεί ανάγκη στις μέρες που ζούμε. Σκοπός αυτής της Ομάδας είναι να μάθουμε να παρατηρούμε προσεκτικά τον εαυτό μας, να ξεχωρίζουμε τις σκέψεις μας από τα συναισθήματα, να επιλέγουμε τη συμπεριφορά μας και να μπορούμε να αντιλαμβανόμαστε τον εαυτό μας και τους άλλους, τις σχέσεις μας και τη ζωή κάτω από ένα καινούριο πρίσμα! Η Ομάδα θα προσφέρει πρακτικά εργαλεία ώστε να βρει ο καθένας μας το δικό του τρόπο να ζει την καθημερινότητά του με ηρεμία, χαρά και αισιοδοξία!!

Οι ομάδες γίνονται στα γραφεία του Συλλόγου απογευματινές ώρες (μετά τις 18:00μμ), έχουν συχνότητα 2 φορές το μήνα και διάρκεια μιάμιση ώρα.

Δηλώσεις συμμετοχής θα γίνονται στα γραφεία του συλλόγου, στο e-mail syae@oase.gr ή στο fax 210 3647284 όπου θα αναγράφονται το ονοματεπώνυμο, η εταιρία, η διεύθυνση, το τηλέφωνο επικοινωνίας & το e-mail.

Δηλώσεις συμμετοχής θα γίνονται δεκτές μέχρι 04/10/2016

Προσοχή: Θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας.

Με τιμή,

ΓΙΑ ΤΟ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ

Σπύρος Κολαΐτης

Ο ΓΕΝ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ

Τέλης Χρηστίδης