

CDN.4300.983.2020

Sanok, 21.05.2020

Szanowni Państwo,

zapraszamy zainteresowane osoby **05.06.2020 r. o godz. 14:00** na szkolenie **online**.

Temat: ***Jak radzić sobie z lękiem.***

Program szkolenia:

1. Dlaczego mamy w sobie lęk?
2. Czym lęk różni się od strachu?
3. Jak zarządzać trudnymi emocjami w sytuacji kryzysu psychicznego (stresu).

Prowadzący : Marcin Patronik – psycholog, psychoterapeuta

Czas trwania: 2 godz.

Szkolenie dostępne będzie na platformie modle:

<http://www.cdn.sanok.pl/cdnmoodle/>

W dniu 05.06.2020 r., po zarejestrowaniu i zalogowaniu się na platformie Moodle, otrzymacie Państwo klucz dostępu do szkolenia (od godz.13.45).

Osoby zainteresowane prosimy o mailowe potwierdzenie uczestnictwa do **03.06.2020 r. do godz.12:00** przysyłając wypełniony druk zgłoszenia zawierający niezbędne do faktury dane na adres: sekretariat@cdn.sanok.pl lub cdn.sanok@gmail.com

Opłata za szkolenie wynosi: 40,00 zł.

Wpłata na konto: 11 1130 1105 0005 2483 2220 0001

UWAGA ZMIANA KONTA BANKOWEGO!

Tytuł wpłaty „Jak radzić sobie...”

Jeżeli koszty szkolenia pokrywa szkoła uczestnicy otrzymają faktury do zapłaty przez placówkę.