

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Sieradzu

Published on *MOPS w Sieradzu* (<https://mops.sieradz.eu>)

Strona główna > "Stres i radzenie sobie"

"Stres i radzenie sobie"



[1]

„Stres i radzenie sobie - techniki redukcji stresu i uwalniania napięć” - pod takim tytułem odbyło się w dniu 27 lutego 2023 r. spotkanie, którego uczestnikami byli podopieczni Warsztatu Terapii Zajęciowej w Sieradzu. Podczas spotkania, doradca zawodowy sieradzkiego Oddziału CliPKZ WUP w Łodzi, przybliżył uczestnikom kilka przydatnych sposobów radzenia sobie z trudnymi, stresującymi sytuacjami, których nie brakuje w codziennym życiu.



[2]



[3]



[4]



[5]

Dz 8
0

Dz 3
0

Dz 4

Dz 7

Placówka:

Warsztat Terapii Zajęciowej [6]

Source URL:<https://mops.sieradz.eu/content/stres-i-radzenie-sobie?wersja=kontrast>

Odnosińki

[1] https://mops.sieradz.eu/sites/default/files/article/dz_4.jpg

[2] https://mops.sieradz.eu/sites/default/files/styles/media_gallery_large/public/dz_8_0.jpg?itok=JgV-M3gU

[3] https://mops.sieradz.eu/sites/default/files/styles/media_gallery_large/public/dz_3_0.jpg?itok=abMR9sfN

[4] https://mops.sieradz.eu/sites/default/files/styles/media_gallery_large/public/dz_4.jpg?itok=S2uyPlpq

[5] https://mops.sieradz.eu/sites/default/files/styles/media_gallery_large/public/dz_7.jpg?itok=aPr2fwWh

[6] <https://mops.sieradz.eu/plac%C3%B3wki/warsztat-terapii-zaj%C4%99ciowej>