



Evropská unie  
Evropský sociální fond  
Operační program Zaměstnanost

Ve spolupráci se Sdružením TULIPAN jsme připravili pro rodiče,  
pedagogy a všechny další zájemce aktuální seminář

# PSYCHOHYGIENA

*Motto: „Zatímco genetickou výbavu a prostředí můžeme ovlivnit jen  
stěží, životní styl je volbou každého z nás.“*

Jak se udržet v dobré psychické pohodě,  
stát se odolnými proti nepříjemným vlivům  
moderní náročné doby a dokázat se  
správně zregenerovat.



ve středu 24. června 2020, 14 - 18 hodin  
v Centru LÍP A SPOLU,  
Moskevská 82, Česká Lípa

**Mgr. Blanka Ježková**

lektorka, konzultantka, koučka s mnohaletými zkušenostmi

Na seminář je třeba se předem přihlásit:

Radka Ondrušková, 733 706 309, [radkaondr@centrum.cz](mailto:radkaondr@centrum.cz)

Akce je součástí realizace projektu SPOLU NEJSME AUT, reg. č. CZ.03.2.65/0.0/0.0/16\_047/0013980



LÍP A SPOLU, z.s.  
rodiče a přátelé lidí s autismem nejen na Českolipsku  
[www.lipaspolu.net](http://www.lipaspolu.net) fb: LÍP A SPOLU, z.s.

