

## Экспресс-курс «Способы борьбы с усталостью и стрессом»



Тула, Россия

Синдром переутомления знаком почти каждому современному человеку. Наверняка с каждым такое случалось: вроде бы ничего не делали, а чувствуете жуткую усталость (иногда даже с самого утра). Не хочется ничего делать, говорить. Если Вы часто сталкиваетесь с такими ситуациями, этот курс для Вас. В программу входит ознакомление с причинами и признаками усталости и стресса, с физиологическими и психологическими способами снятия усталости, способы борьбы со стрессом, основы тайм-менеджмента.

Обучение проводят квалифицированные специалисты-практики. Возможна беспроцентная рассрочка. По окончании выдается сертификат установленного образца.

У нас Вы можете заказать 1-2 занятия по интересующей Вас теме! Возможны консультации специалистов по отдельным вопросам с почасовой оплатой!

О других курсах можно узнать у менеджера по телефонам или по электронной почте.

---

Цена: **350 руб.**

Тип объявления:  
Услуги, предлагаю

Торг: уместен

**Балабанова Дарья**

**36-12-43**

**Ул. Колетвинова, 6, оф.14/2**