

×

CIPS

CENTRUM
INFORMAČNÍCH
A PORADENSKÝCH
SLUŽEB ČVUT



×

JAK NA STRES

Co je stres, jak vzniká,
jak mu předcházet
a jak ho zvládnout, když nastane.
+ vybrané asertivní techniky
a relaxační techniky

lektor Mgr. Jakub Švec

Určeno pro studenty ČVUT. Zdarma.

kontakty

Registrace osobně v CIPS nebo na:
seminare@cips.cvut.cz
CIPS — Studentský dům,
Bechyňova 3, P-6, Dejvice
www.cips.cvut.cz



4 / 4^{18—21:00}