

STRES, MINDFULNESS, EMOCJE... - nowe szkolenia w MBP Żary



Miejska Biblioteka Publiczna w Żarach bierze udział w projekcie „Wirtualny bibliotekarz”. Informujemy, że w ramach projektu przeprowadzimy **szkolenia zdalne dla naszych czytelników**. Tematyka szkoleń:

7.10.2020 od 16.00 do 17.30

Mindfulness i co dalej?

<https://livewebinar.com/840-995-314/cd800f7eff5978606298ef54c3a6dce9>

9.10.2020 od 16.00 do 17.30

Stres - blaski i cienie tego elementu naszej natury.

<https://livewebinar.com/252-919-248/4c61df1dba587ab2d5ab38a24ffe71a6>

Ministerstwo
Kultury
i Dziedzictwa
Narodowego.



Dofinansowano ze środków
Narodowego Centrum Kultury
w ramach programu
„Kultura w sieci”