

MEGHÍVÓ



Szeretettel hívjuk a szabadegyetem XIII. évfolyamának
5. előadására és beszélgetésére, melynek címe és témája:

"AZ EGÉSZSÉG 10 PILLÉRE"

Rendszeres mozgás, pihentető alvás, tudatos táplálkozás,
függőségek kerülése, stb. hangzik el legtöbbször.
De vajon ezen túl milyen titkok és egyéb lehetőség állnak
rendelkezésünkre az egészséges élet megteremtéséhez?

Előadó: Budainé Orosz Réka

tréner

Időpont: 2025. május 28. (szerda) 17:00 óra

Helyszín: Babits Mihály Kulturális Központ

(Szekszárd, Szent István tér 10.)

Csatár terem (I. emelet)

Az ingyenes est háziasszonya: Pócs Margit, a Mentálhigiénés Műhely elnöke

Információ: +36/20-473-0644, 74/511-721

A rendezvény támogatója:

Babits Mihály Kulturális Központ

Bathó Lászlóné, Bozsolikné Kelemen Margit (Life Care tanácsadó)

Lelki Egészségünkért Alapítvány, Dr. Tumpekné Gombay Tímea (Biocom)

Budainé Orosz Réka, Dr. Budai László Károly

www.mentalmuhely.hu

