

Психологические тренинги проведут в районной библиотеке

17.04.2018

В библиотеку № 181 приглашают родителей с детьми на тренинги "Курсы довольной мамы" и «Взрослеем вместе».

Тренинг "Курсы довольной мамы" посвящён теме психологического выгорания молодых мам. На занятии участницы освоят упражнения и узнают приёмы, которые помогут им справиться с «психологическим выгоранием» и накопившейся усталостью. Первое занятие состоится 25 апреля в 17.00.

На тренинге "Взрослеем вместе" родителей и детей научат лучше слышать и понимать друг друга, общаться открыто и без страха. Занятия построены на играх, которые являются моделями жизненных ситуаций. Первое занятие состоится 28 апреля в 15.00.

На стойке регистрации можно взять опросный лист, чтобы записаться на любой тренинг. Библиотека находится по адресу: ул. Болотниковская, д. 44. корп. 1.

Адрес страницы: <http://zuzino.mos.ru/presscenter/news/detail/7271471.html>

[Управа района Зюзино](#)