Strona znajduje się w archiwum.

Kolejna edycja kursu „Metody radzenia sobie ze stresem w pracy i służbie”

Patrycja Linke - Malinowska
18.02.2020

W dniach 10 – 14.02.2020 r. w Szklarskiej Porębie zrealizowano kolejną edycję kursu doskonalącego pt. „Metody radzenia sobie ze stresem w pracy i służbie”.



W szkoleniu wzięli udział funkcjonariusze oraz pracownicy cywilni SG. Kurs prowadzony był metodami aktywizującymi z wykorzystaniem procesu grupowego. Zaprezentowano prozdrowotne strategie radzenia sobie ze stresem - począwszy od treningu autogennego, po wędrówkę i pracę w terenie.


SÁKRET

