

# Warsztat pn.: „Jak być odpornym psychicznie w każdym wieku? Radzenie sobie ze stresem i dbanie o poziom energii”

Szanowni Państwo,

serdecznie zapraszamy przedstawicieli podmiotów i organizacji pozarządowych działających na rzecz osób starszych w woj. łódzkim (stowarzyszenia, fundacje, organizacje kościelne, utw, rady seniorów, kluby seniora, itp.) do udziału w warsztacie pn. „**Jak być odpornym psychicznie w każdym wieku? Radzenie sobie ze stresem i dbanie o poziom energii**”, który odbędzie się w dniu 26.09.2025 r., w godzinach 12.30 - 14.00 w Centrum Kliniczno-Dydaktycznym Uniwersytetu Medycznego w Łodzi przy ul. Pomorskiej 251 (Sala nr 01.22, poziom: 0).

Zgłoszeń proszę dokonywać za pomocą formularza zgłoszeniowego, znajdującego się pod linkiem: <https://www.webankieta.pl/ankieta/1554546/jak-byc-odpornym-psychicznie-w-kazdym-wieku-radzenie-sobie-ze-stresem-i-dbanie-o-poziom-energii.html>

Udział w warsztacie jest bezpłatny. Liczba miejsc jest ograniczona.

Zgłoszeń należy dokonywać do dnia 10 września 2025 r.

Informacja o zakwalifikowaniu się do udziału w warsztacie zostanie wysłana przez organizatora na adres e-mail podany w formularzu zgłoszeniowym, po zakończeniu naboru.

W przypadku jakichkolwiek pytań prosimy o kontakt z p. Aleksandrą Stańdo, pod numerem tel. 42 203 48 78.