

MAS - Partnerství Moštěnka Vás zve na

Setkání pečujících

na téma:

PSYCHOHYGIENA PEČUJÍCÍCH

Kdy: 9. 12. 2025 od 16:00 hodin

Kde: Kavárna u Ámose, Nerudova 320/18, **Holešov**

Přijďte si odpočinout a načerpat novou energii!

S **Mgr. Pavlou Hrdinovou** si prakticky vyzkoušíte antistresové a relaxační techniky, ale i trénink paměti. Čeká vás příjemná atmosféra, sdílení osobních zkušeností a inspirace, jak lépe pečovat každý den nejen o své blízké, ale i o sebe sama.

Pro účastníky je přichystáno drobné občerstvení a akce je **ZDARMA**. Kapacita max. 30 osob.

Přihlašujte se prosím do pátku 5. 12. 2025

Kontakt pro bližší informace

Mgr. Monika Motáňová, tel. 730 590 004,
monika.motanova@mas-mostenka.cz



Spolufinancováno
Evropskou unií

MAS
Partnerství
Moštěnka