🧠 Workshop: Reziliencia
streda 28. 10. 2026, 15:30 – 17:30
📍 zasadačka FTF

Ako lepšie zvládať náročné situácie, zmeny, neúspech či dlhodobý tlak? Ako sa postupne naučiť pracovať so záťažou a budovať si väčšiu psychickú odolnosť?

- 👩‍⚕️ Lektorka: Alexandra Dzureková, poradkyňa pre duševné zdravie
- 🗓️ Termín: streda 28. októbra 2026, 15:30 – 17:30
- 📍 Miesto: zasadačka FTF