Klinika Stresu

Centrum Redukcji Stresu
i Przeciwdziałania Wypaleniu Zawodowemu

Zaświadczenie

Jakub Czerwiak

Uczestniczył w kursie

8-tygodniowy program

„Terapia Poznawcza Oparta na Uważności”

MBCT Mindfulness-Based Cognitive Therapy

w dniach 6 lutego – 3 kwietnia 2023 roku

27 godzin zegarowych szkolenia



Ewa Kaian Kochanowska
Certyfikowana nauczycielka MBSR i MBCT

Sopot, 3 kwietnia 2023 roku

KLINIKA STRESU TO CENTRUM AKTYWNEGO UCZENIA SIĘ

JAK WYKORZYSTYWAĆ WŁASNE ZASOBY DO POPRAWY ZDROWIA I SAMOPOCZUCIA.
