



**Воронежский Институт Психологии  
и Консультативный центр ИНСАИТ  
приглашают:**

**БЕСПЛАТНАЯ ЛЕКЦИЯ-СЕМИНАР  
ШКОЛЫ ЗДОРОВЬЯ из цикла**

**«Здоровый образ жизни в  
современном мире»**

**17.04.2020 в 12-00**

**ТЕМЫ, КОТОРЫЕ БУДУТ РАСКРЫВАТЬСЯ НА ВСТРЕЧЕ:**

• **Здоровый образ жизни в  
современном мире (12.00)**

- Вводная лекция

*Ведущий блока – Доктор Козлов А.И.*

• **Эмоциональное здоровье.  
Личные границы. Где они  
проходят? (13.00)**

- понятие личных границ и их виды

- как устанавливать и защищать личные  
границы

*Ведущая блока – Белых Л.В.,  
практикующий психолог*



• **Привычки эмоционально здоровых людей (14.00)**

- как говорить себе и близким о своих чувствах

*Ведущая блока - Шелдышева Д.В., бизнес- тренер, руководитель центра Тренинга и  
Развития, преподаватель Воронежского Института Психологии*

• **Вопрос-Ответ**

- ответы на все интересующие участников встречи вопросы по заявленным темам.

Встречи в рамках этого проекта направлены на информирование заботящихся о своем здоровье людей, психологическую поддержку, помощь и реабилитацию людей, имеющих проблемы со здоровьем и переживающих серьезные жизненные кризисы.

**ВХОД СВОБОДНЫЙ**

**Место встречи:** Библиотека им. Никитина, площадь Ленина, 2 (4 этаж, лекционный зал).

**Запись по телефонам: 232-32-92, +7(905)656-20-19**

**[www.vipsy.ru](http://www.vipsy.ru)**

**[www.психолог-в-воронеже.рф](http://www.психолог-в-воронеже.рф)**