



Воронежская областная универсальная научная библиотека имени И.С. Никитина

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

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

«Психология счастливой жизни»

в рамках «Дня психологии в Никитинке»

24.09.2024 в 18-00

• **«Осенняя хандра. Как уберечь себя от нее?»**

- Почему возникает осенняя хандра и апатия?
- Что делать, чтобы она миновала?
- Где взять ресурсы на противостояние ей?

Ведущие –

Елена Булгакова,

психолог консультационного центра «ИНСАЙТ», бизнес-

тренер;

Людмила Бельх,

психолог консультационного центра «ИНСАЙТ», детский
психолог.

• **Обзор «В согласии с миром и с собой: книги по психологии и не только»**

Ведущая блока – Ефремова София, главный библиотекарь
отдела читальных залов Воронежской областной
универсальной научной библиотеки имени И.С. Никитина.

• **Выставка «Движение к позитиву. Читаем книги»**

• **Вопрос-Ответ**

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



Встречи в рамках этого проекта направлены на информирование заботящихся о своем психологическом здоровье людей, психологическую поддержку, помощь и реабилитацию людей, имеющих затруднения в отношениях и переживающих жизненные кризисы.

ВХОД СВОБОДНЫЙ

Место встречи: Библиотека им. Никитина, площадь Ленина, 2 (3 этаж, 302 к.).

Запись по телефонам: 8 800 222 54 92, +7 (960) 121-08-41

www.vipsy.ru

www.психолог-в-воронеже.рф