



onlus

Istituto ricerche e interventi
in psicologia educativa
e della socializzazione



con il patrocinio e contributo del

Comune di Pordenone

con il sostegno di



ACEA

**CORSI
COMUNICAZIONE
E SVILUPPO
2010**

per vivere meglio

COME GESTIRE LO STRESS

Iscrizione,
quota di partecipazione
e informazioni

tel. 0434/362269

cell. 348 8230007

lunedì e martedì ore 15.00/17.00

cell. 349 5502656

mercoledì ore 14.00/15.00

e venerdì ore 12.00/14.00

fax 0434/365757

cospespn@tin.it

www.iripes.it

Sede degli incontri

IRIPES

Viale Grigoletti, 3

PORDENONE

ore 20.30-22.30

PARCHEGGIO INTERNO

Cos'è lo stress?

lunedì 22 marzo

Stress e atteggiamenti personali

lunedì 29 marzo

La risoluzione dei problemi

lunedì 12 aprile

I sentimenti che creano disagio

lunedì 19 aprile

Come rilassarsi

lunedì 26 aprile

conduttrici

dott.ssa **Alessandra CRIVELLARO**

dott.ssa **Barbara PIANI**

psicologhe psicoterapeute esperte in comunicazione interpersonale