

Miejska Biblioteka Publiczna w Sieradzu

Published on *Miejska Biblioteka Publiczna w Sieradzu* (<https://mbp.sieradz.eu>)

Strona główna > Spotkanie z psychologiem

Spotkanie z psychologiem



[1]

3 listopada 2016 roku odbyło się w Filii nr 1 spotkanie pod hasłem "Stres w wieku dojrzałym" z psychologiem Dariuszem Sobieskim z Fundacji [Apteka dla Ciebie](#). Słuchacze dowiedzieli się, że istnieje stres dobry, który motywuje do działania i stres zły, który niszczy ; o czynnikach powodujących stres, o tym jakie spustoszenie powoduje w organizmie. I jak można i należy eliminować sytuacje stresogenne ze swojego życia.



[2]



[3]



[4]



[5]

Img 2510 Img 2513 Img 2514 Img 2515

Source URL:<https://mbp.sieradz.eu/content/spotkanie-z-psychologiem>

Odnosińki

[1] <https://mbp.sieradz.eu/sites/default/files/article/stres.jpg>

[2] https://mbp.sieradz.eu/sites/default/files/styles/media_gallery_large/public/img_2510.jpg?itok=ar8NuQel

[3] https://mbp.sieradz.eu/sites/default/files/styles/media_gallery_large/public/img_2513.jpg?itok=OJNyFNRT

[4] https://mbp.sieradz.eu/sites/default/files/styles/media_gallery_large/public/img_2514.jpg?itok=OdFWspXG

[5] https://mbp.sieradz.eu/sites/default/files/styles/media_gallery_large/public/img_2515.jpg?itok=dk-hLv04