

## MEGHÍVÓ

Az Új Széchenyi terv keretében kiírt „GÖCSEJ NYOMDA Kft. alkalmazottainak egészségre nevelő programja” című, TÁMOP-6.1.2-11/1 -2012-0404 jelű pályázat keretében meghívjuk a következő programokra:

### Bajnokság:

GÖCSEJ NYOMDA Kft. a TÁMOP-6.1.2-11/1 - 2012-0404 jelű pályázat keretében futball bajnokságot szervez dolgozói részére. Csapatok jelentkezését várjuk!

**Helyszín:** Zalaegerszeg, Bajcsy-Zsilinszky tér 2.

**Időpontok:** 2013. február 28.

2013. április 29.

*Szervező: Gyuk Edina*



### „Munkahelyi stressz kezelés” előadás:

GÖCSEJ NYOMDA Kft. a TÁMOP-6.1.2-11/1 - 2012-0404 jelű pályázat keretében 2013. február, és márciusban 2 alkalommal munkahelyi stressz kezelés és lelki egészség témában előadásokat szervez dolgozói részére.

#### Előadások témái:

- Stressz és teljesítmény
- Stressz és érzelem kapcsolata
- Kognitív stressz-kezelő technikák
- COPING megküzdési stratégiák

**Helyszín:** Zalaegerszeg, Bajcsy-Zsilinszky tér 2. tárgyaló

**Időpontok:** 2013. február 18.

2013. április 18.

*Az előadás térítésmentesen meghallgatható!*

*A rendezvények megrendezési időpontjainak változtatási jogát fenntartjuk!*

