

Program prowadzony pod patronatem:



POLSKI INSTYTUT
MINDFULNESS

MONIKA KRÓL

Ukończyła program redukcji stresu
poprzez trening uważności,
opracowany przez prof. Johna Kabat - Zinna

MBSR
(MINDFULNESS BASED STRESS REDUCTION).

zrealizowany w terminie 22.03.18 - 16.05.2018
w wymiarze 26 godzin.

Prowadzenie:

Monika Witkowska/ certyfikowany nauczyciel MBSR

Witkowska



FB: @yourbalance1

Warszawa, 16.05.2018