



ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΓΧΟΥΣ



ΔΙΑΔΡΑΣΤΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΜΕΣΩ TEAMS

Τι θα ανακαλύψεις στο εργαστήριο:

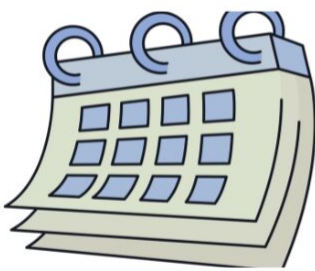


Πώς λειτουργεί το άγχος και πώς σε επηρεάζει

Τι είναι το overthinking και πώς να το σταματήσεις

Πώς σε επηρεάζει η αναβλητικότητα και πώς να την διαχειριστείς

SAVE THE DATE



ΤΕΤΑΡΤΗ
13/05/2026
11:00-13:00

Για συμμετοχή
σκάναρε

