

# ¡ELIMINA TU ESTRÉS EN UN FIN DE SEMANA!

## Sorteamos 3 talleres con todos los gastos pagados



decisiva en el desencadenamiento del estrés y la ansiedad.

- \* **Cómo** se puede prevenir el estrés.
- \* **Técnicas** y herramientas para aprender a manejarlo.

Para que tengas opción a probar sus beneficios, te animamos a participar en el un sorteo de **3 invitaciones al Taller Antiestrés ITIEE de fin de semana con todos los gastos pagados** (curso, desplazamiento, hotel, comidas), que tendrá lugar en Madrid el sábado 18 de junio de 2005 de 10.00 a 14.00 y de 16.00 a 19.00, y el domingo 19 de junio de 10.00 a 14.00.

El sorteo se celebrará el 25 de abril, y se contactará a los tres ganadores en los días siguientes (Válido sólo para el territorio español).

Recorta este cupón (o fotocopia) y envíalo antes 24 de abril por correo a Psicología Práctica, Sorteo Taller Antiestrés, c/ Covarrubias 1. 28010 Madrid.

**E**l estrés genera siempre malestar y riesgo de enfermedad, tanto a nivel físico, como mental, emocional e incluso espiritual. Interfiere, y casi siempre para mal, en el entorno laboral y en las relaciones con uno mismo y con otras personas, o generando problemas de salud cuyas causas no son identificables.

Para dotar a las personas de recursos con los que combatir este importante problema, el **Instituto de Terapias Integrales y Enseñanzas Energéticas (ITIEE)** organiza un Taller Antiestrés cuyo programa te enseña a:

- \* **Descubrir** en qué consiste el estrés y comprender cómo nos afecta.
- \* **Qué factores** intervienen de forma

### PARTICIPO EN EL SORTEO DE 3 TALLERES ANTIESTRÉS

Apellidos.....  
Nombre.....  
Tel..... E-mail.....  
Dirección.....  
Población..... CP.....