



IDA-TALLINNA KESKHAIGLA

**Harjutused keskendumisvõime parandamiseks. Kuidas olla  
tasakaalus, vaimselt tugev ja rahulolev?**

**16.09.2020**

**Koolituse asukoht:** Koolitusosakonna õppeklass  
MC0155 (Magdaleena üksus, C korpus, I korrus)

**Kolmapäev, 16. september**

- 13:00 - 14:00 Harjutused keskendumisvõime parandamiseks. Kuidas olla tasakaalus, vaimselt tugev ja rahulolev?  
*Gert Silkin*
- 14:00 - 14:15 kohvipaus
- 14:15 - 15:30 koolitus jätkub  
*Gert Silkin*