

## На улице Свободы проведут лекцию о здоровом образе жизни

11.07.2017



**Бесплатная лекция по психологии на тему «Здоровый образ жизни: за и против» состоится во Дворце культуры «Салют» 13 июля. Ее проведет руководитель районного отделения Московской службы психологической помощи в СЗАО Анна Мухаметшина.**

— Лекция рассчитана на два часа, она будет состоять из теоретической и практической частей. Собравшиеся узнают, как не стать фанатом здорового образа жизни, как чрезмерные спортивные нагрузки отражаются на самочувствии и настроении. Также мы разберем положительные и негативные стороны вегетарианства и различных диет, — рассказала Мухаметшина.

Напомним, подобные занятия проходят в ДК один-два раза в месяц в рамках проекта «Школа эффективной жизни». Лекция начнется в 16.00 по адресу: ул. Свободы, д. 37. (вт)

---

Адрес страницы: <http://severnoe-tushino.mos.ru/rubric/detail/6434154.html>

---

[Управа района Северное Тушино](#)