

Руководство по регистрации на мероприятие.

1) Выберите интересующее Вас мероприятие через браузер Google Chrome, это важно!



От тревоги и беспокойства к осознанности, или Как восстановить «сбитые настройки»

Перейти по ссылке интересующего мероприятия

Регистрация

Категория	Анонсы
Дата	Вторник, 21 Апрель 2020 г. 18:00
Количество мест	30
Свободных мест	30
Веб-сайт	https://altfay.com/dashboard/registration?id=x72af0date:2020-04-21&locale=ru

Категория: родители, педагоги.

События последнего месяца коснулись практически каждого, а некоторых просто выбили из колеи привычные жизненные настройки. Возможно, стало больше тревоги и беспокойства, психологического, физического дискомфорта. Если это так, то эта встреча – для вас!

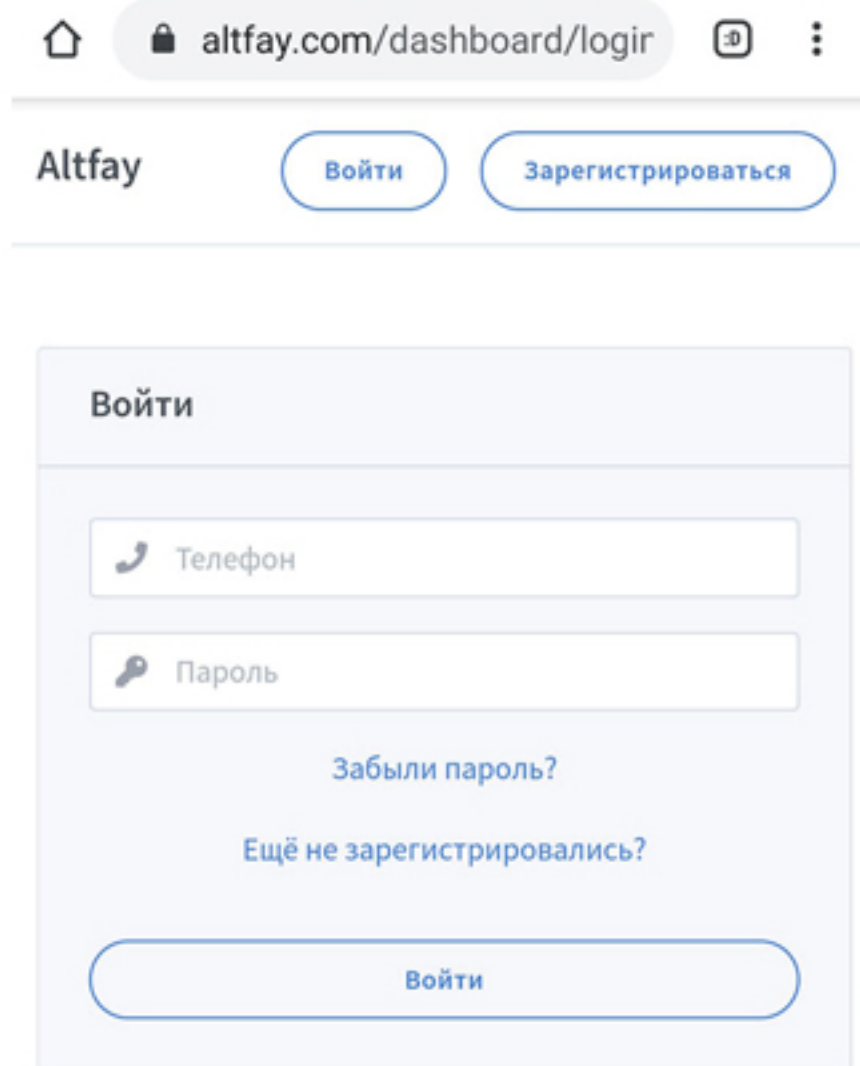
Наше общение будет интерактивным, живым. Я постараюсь дать минимум теории, максимум практических упражнений, которые помогают снять излишнее эмоциональное напряжение, утихомирить тревожащие мысли, просто отдохнуть и позаботиться о себе.

К началу встречи подготовьте, пожалуйста, бумагу для рисования (альбомные листы или любые формат А4), инструменты для рисования (карандаши, фломастеры, мелки – что вам больше по душе).

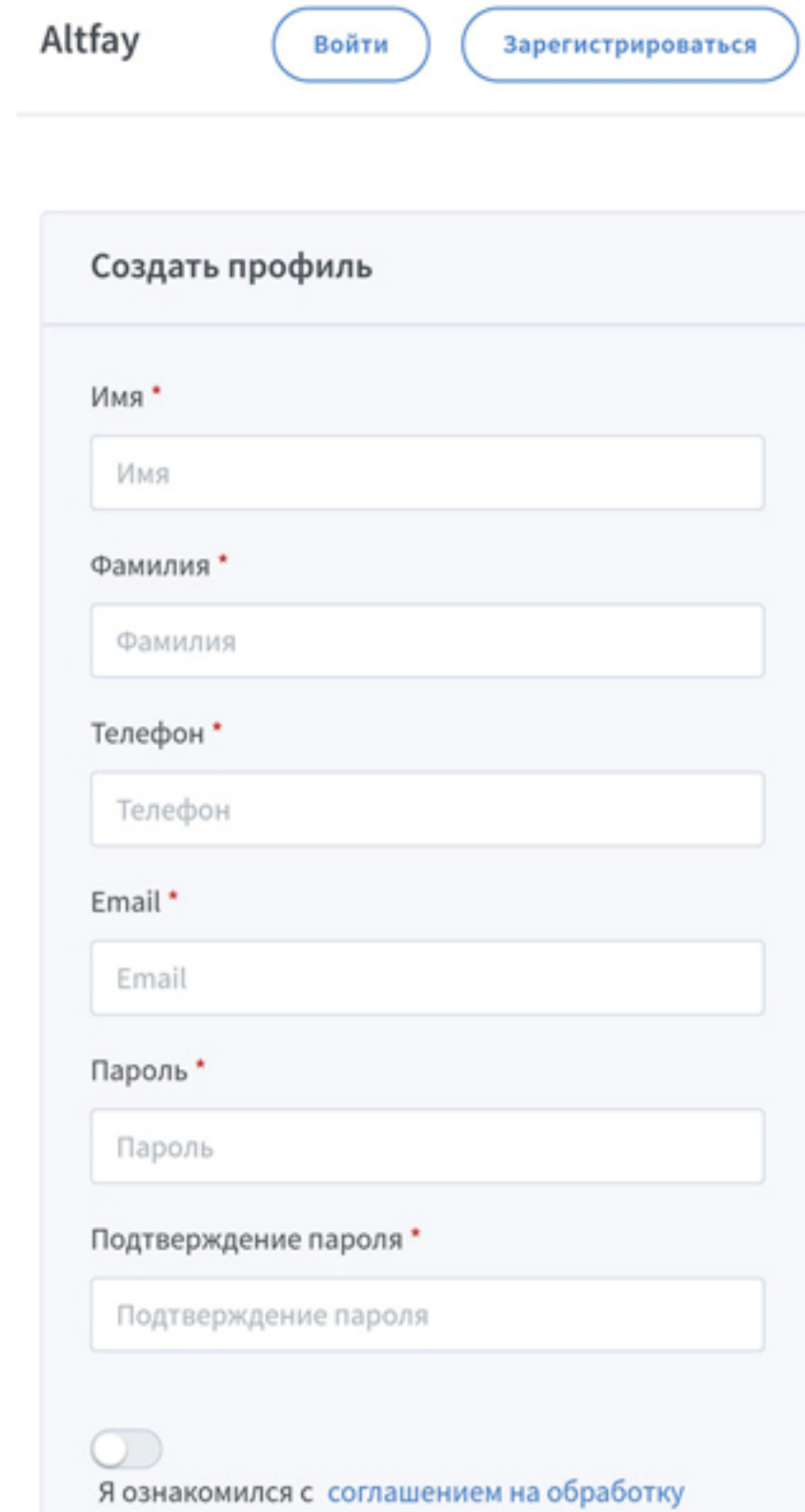
Важно: попросите членов вашей семьи на время встречи не беспокоить вас, а лучше, если вы усядом с собой, и они тоже включатся в работу.

Ведущая: Ляньо

2) Если Вы зарегистрировались ранее, то войдите под своим логином



3) Если Вы впервые на altfay.com - зарегистрируйтесь



4) После входа или регистрации, откроется страничка конференции

беспокойства к осознанности, или Как восстановить «сбитые настройки».



Лидия Панькова

Конференция ещё не началась

Время начала 21 Апреля 2020, 16:00 (GMT+03:00) Moscow

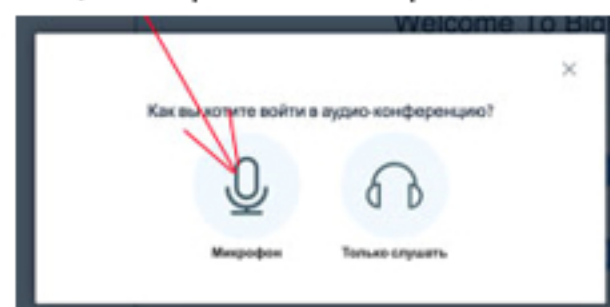
События последнего месяца коснулись практически каждого, а некоторых просто выбили из колеи, сбили привычные жизненные настройки. Возможно, стало больше

5) После начала конференции, нажмите «Присоединиться»:

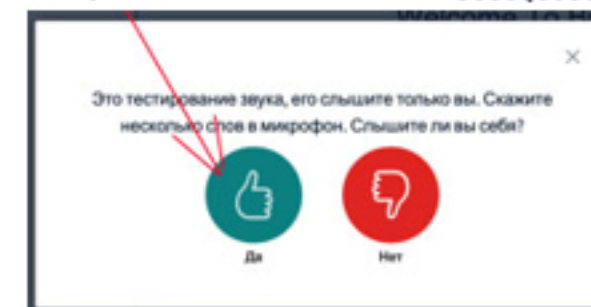
Конференция уже началась

Присоединиться

6) Выбрать «Микрофон»



7) Нажать «Палец вверх»



8) Поздравляем, Вы подключились к конференции!