

## Co s námi dělá stres?

*Ostravskenoviny.eu, 4. 6. 2019*

Andrew Steptoe je renomovaným vědcem působícím na University College London (UCL), který se zabývá souvislostí psychiky a chování ve společnosti s biologickými procesy v těle člověka.

Ve své přednášce na Ostravské univerzitě se bude zabývat klíčovými otázkami:

▷ Co s námi dělá stres?

▷ Jak důležité jsou dobré mezilidské vztahy pro naše zdraví?

▷ Jaká je zdravá hranice mezi nedostatečnou a nadměrnou fyzickou a psychickou aktivitou?

▷ Lze se snížením stresu vyhnout některým typům mnohdy fatálních onemocnění?

▷ Existuje recept na "věčné" mládí?

Ostravská univerzita zve na setkání s tímto světově uznávaným odborníkem zájemce z řad akademické obce i širokou veřejnost.

Prof. Andrew Steptoe vystoupí ve středu 5. června 2019 v 17.00 v budově B na ul. Českobratrská 16 (místnost 214).

Zdroj: <http://ostravskenoviny.eu/clanky/50358-co-s-nami-dela-stres>