

Williams Életkézségek©: A strukturált, 16-20 órás program segítségével fejleszthető az önismeret és javíthatóak a stresszkezelő készségek. Az elhízás problémakörére szabott változat különösen azoknak jelenthet segítséget, akik úgy gondolják, hogy a stressz hozzájárul a súlyproblémájukhoz.