

Zapraszamy na warsztat

Odwaga bycia sobą - o stawianiu granic i wyrażaniu sprzeciwu



**13 października 2018 (sobota)
10.00 - 18.00**

Dzięki udziałowi w warsztacie

- wzmocnisz pewność siebie i poczucie siły w relacjach
- poznasz skuteczne sposoby stawiania granic
- nauczysz się korzystać ze swoich praw osobistych w relacjach społecznych i towarzyskich
- dowiesz się jak tworzyć relacje oparte na wzajemnym szacunku

Dla kogo:

Warsztat dla osób w wieku 15 -26 lat mieszkających na terenie Warszawy, z doświadczeniem przemocy w rodzinie

Prowadzące:

Monika Szeliga, Małgorzata Różycka – psychoterapeutki, trenerki rozwoju osobistego

Zapisy:

Towarzystwo Pomocy Młodzieży, Nowolipki 2
tel. 508 350 320 lub 22 887 88 05, zapisy@tpm.org.pl

Projekt współfinansuje m.st. Warszawa



Warsztat w ramach programu: Zapewnienie pomocy specjalistycznej osobom i rodzinom doznającym różnych form przemocy.