

CHCĘ – MOGĘ – POTRAFIĘ – DZIAŁAM!

Warsztaty psychoedukacyjne dla osób w wieku 19-25 lat

Jeśli potrzebujesz oddechu, chcesz zrobić coś dla siebie, zatrzymać się na chwilę, zachować spokój pomimo wyzwań dnia codziennego to te zajęcia są dla Ciebie!



Podczas warsztatu:

- Zwiększysz świadomość zasobów i mocnych stron w odniesieniu do tego, co już mi się udało
- Dowiesz się jak działasz w sytuacji problemowej
- Swoje słabości zobaczysz w innym świetle
- Sprawdzisz, w jakich obszarach potrzebujesz zmiany
- Nauczysz się stawiać realistyczne cele

DATA: 11 sierpnia 2017 (piątek), g. 9.00 – 17.00

PROWADZĄCE: Anna Bartosiak –trenerka, terapeutka; Małgorzata Wojdowska –trenerka, terapeutka

MIEJSCE: Towarzystwo Pomocy Młodzieży, ul. Nowolipki 2, Warszawa

NA WARSZTATY OBOWIĄZUJĄ ZAPISY
22 887 88 05, 508 350 320 tpm@tpm.org.pl,

ZAJĘCIA BEZPŁATNE, LICZBA MIEJSC OGRANICZONA!!!

Projekt współfinansowany ze środków Samorządu Województwa Mazowieckiego

CHCĘ – MOGĘ – POTRAFIĘ – DZIAŁAM!

Warsztaty psychoedukacyjne dla osób w wieku 19-25 lat

Jeśli potrzebujesz oddechu, chcesz zrobić coś dla siebie, zatrzymać się na chwilę, zachować spokój pomimo wyzwań dnia codziennego to te zajęcia są dla Ciebie!



Podczas warsztatu:

- Zwiększysz świadomość zasobów i mocnych stron w odniesieniu do tego, co już mi się udało
- Dowiesz się jak działasz w sytuacji problemowej
- Swoje słabości zobaczysz w innym świetle
- Sprawdzisz, w jakich obszarach potrzebujesz zmiany
- Nauczysz się stawiać realistyczne cele

DATA: 11 sierpnia 2017 (piątek), g. 9.00 – 17.00

PROWADZĄCE: Anna Bartosiak –trenerka, terapeutka; Małgorzata Wojdowska –trenerka , terapeutka

MIEJSCE: Towarzystwo Pomocy Młodzieży, ul. Nowolipki 2, Warszawa

NA WARSZTATY OBOWIĄZUJĄ ZAPISY
22 887 88 05, 508 350 320 tpm@tpm.org.pl,

ZAJĘCIA BEZPŁATNE, LICZBA MIEJSC OGRANICZONA!!!

Projekt współfinansowany ze środków Samorządu Województwa Mazowieckiego