

Warsztaty są bezpłatne dla uczestników, ale należy się wcześniej zapisać telefonicznie pod nr 789 027 125. Składają się z 6 spotkań w 12-osobowych grupach.

Zajęcia odbywają się w CPTP Salus w Długolece przy ul. Jarzębinowej 7

Warsztaty składają się z 6 spotkań, na których uczestnicy będą uczyć się:

- lepiej zarządzać emocjami,
- poprawiać relacje interpersonalne,
- zwiększać samoświadomość,
- rozwijać umiejętność radzenia sobie ze stresem,
- zwiększać kompetencje społeczne,
- poprawiać ogólne samopoczucie

Serdecznie zapraszamy, zajęcia finansowane są z budżetu gminy Długoleka.