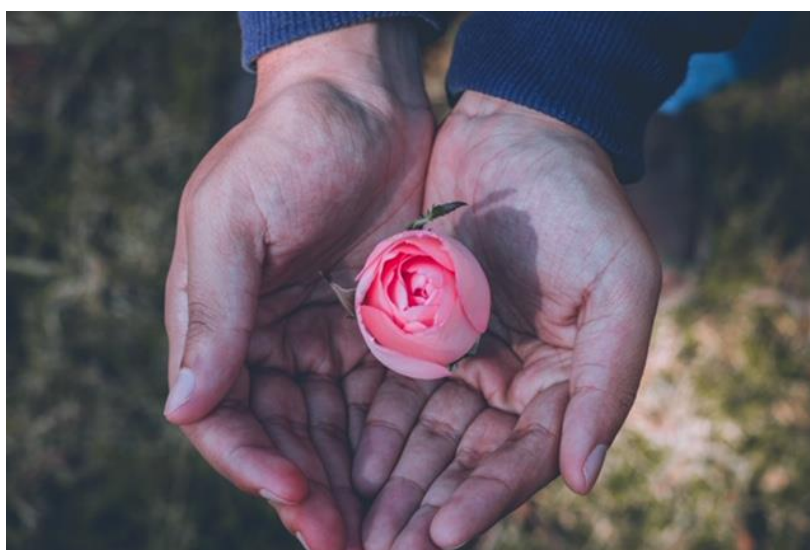


## Bezpłatne warsztaty psychoedukacyjne dla osób w wieku 15-26 lat

### Jak Wzmocnić Poczucie Własnej Wartości ?



#### Podczas warsztatu:

- Zwiększysz świadomość zasobów i mocnych stron w odniesieniu do tego, co już Ci się udało
- Dowiesz się, czy jest w tobie coś z marzyciela, realisty i krytyka
- Sprawdzisz, jak jesteś w stanie zabiegać o to na czym ci zależy
- Nauczysz się jak przekazywać i/ lub przyjmować informacje zwrotne bez poniżania i obrażania

**DATA:** 05.10.2019 rok sobota godz.09.00-17.00

**PROWADZĄCE:** Katarzyna Goljan, Anna Bartosiak –trenerki, psychoterapeutki;

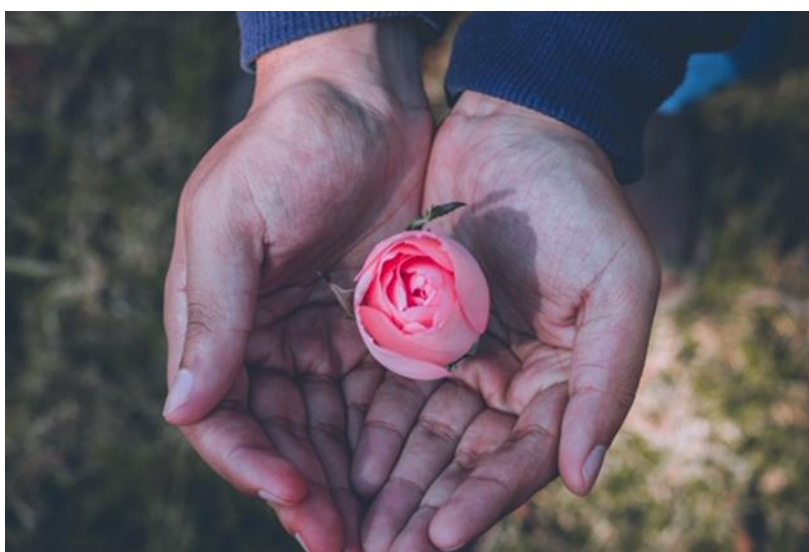
**MIEJSCE:** Towarzystwo Pomocy Młodzieży, ul. Nowolipki 2, Warszawa

**NA WARSZTATY OBOWIĄZUJĄ ZAPISY**

**508 350 320; [zapisy@tpm.org.pl](mailto:zapisy@tpm.org.pl)**

Bezpłatne warsztaty psychoedukacyjne dla osób w wieku 15-26 lat

## Jak Wzmocnić Poczucie Własnej Wartości ?



### Podczas warsztatu:

- Zwiększysz świadomość zasobów i mocnych stron w odniesieniu do tego, co już Ci się udało
- Dowiesz się, czy jest w tobie coś z marzyciela, realisty i krytyka
- Sprawdzisz, jak jesteś w stanie zabiegać o to na czym ci zależy
- Nauczysz się jak przekazywać i/ lub przyjmować informacje zwrotne bez poniżania i obrażania

**DATA:** 05.10.2019 rok sobota godz.09.00-17.00

**PROWADZĄCE:** Katarzyna Goljan, Anna Bartosiak –trenerki, psychoterapeutki;

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

**NA WARSZTATY OBOWIĄZUJĄ ZAPISY**

**508 350 320; [zapisy@tpm.org.pl](mailto:zapisy@tpm.org.pl)**