



“Żeby chciało się chcieć”

GRUPA DLA MŁODYCH OSÓB NA PROGU DOROSŁOŚCI!!!

planowana specjalnie z myślą o Was - młodych ludziach w **wieku 20-28 lat**,

Program spotkań obejmuje różnorodne zagadnienia:

- 👉 **Komunikacja – rzecz o słuchaniu i rozmawianiu**
- 👉 **Asertywność - czyli jak dbać o siebie i nie uszkadzać innych**
 - 👉 **Coś o prawach i obowiązkach**
- 👉 **Zwijać się czy rozwijać – rzecz o zmianach, celach i rozwoju osobistym**
- 👉 **Zakręty i pułapki, które na drodze do szczęśliwości przeszkadzają oraz sposoby omijania tych pułapek**
 - 👉 **Przepis na życie – jak rozpaczliwie staramy się znaleźć absolutnie pewny sposób na szczęśliwe życie**
 - 👉 **Pokonywanie własnych oporów i poczucia bezradności**
 - 👉 **Strategie docierania do własnych zasobów – budowanie siebie na swój wzór i podobieństwo**
- 👉 **Rozumienie, pożytkowanie i przekraczanie dziedzictwa rodzinnego**
- 👉 **Motywacja - jak zachęcać się do działania i jak skutecznie je realizować**
 - 👉 **Jak współpracować i nie toczyć niepotrzebnych wojen**
 - 👉 **Być liderem dla siebie, czyli dbać o stałe podnoszenie jakości życia**
 - 👉 **Punkty oparcia, czyli gdzie i jak szukać pomocy i wsparcia**

Zapraszamy na spotkania grupowe

w sumie 60 godzin aktywnej przygody z samym sobą i z innymi ludźmi.

Jeżeli jesteś zainteresowany naszą ofertą zadzwoń i umów się

na spotkanie kontraktowe: **22 646-22-56**

Zaczynamy 8 stycznia, a kończymy 26 marca 2013

Zaplanowaliśmy 10 spotkań **we wtorki** w godzinach **17.00-20.00**

oraz 2 spotkania weekendowe (15 godzinne)

12-13 stycznia 2013 oraz **16-17 marca 2013.**

(soboty 10.00-18.00 niedziela 10.00-17.00)

Zajęcia odbywają się

w siedzibie FUNDACJI C.E.L. ul. Wiśniowa 42

Czekamy na zgłoszenia!

Udział w zajęciach jest nieodpłatny!!!

Grupy „Żeby chciało się chcieć” w roku 2013 finansuje:

Miasto Stołeczne Warszawa

i Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii



MIASTO
STOŁECZNE
WARSZAWA

