



## **Trening samoobrony i asertywności dla dziewcząt WenDo**

2017-04-02

**W związku z realizacją projektu ogólnomiejskiego III edycji Budżetu Obywatelskiego zapraszamy dziewczęta w wieku 11-15 lat do udziału w treningu samoobrony i asertywności dla dziewcząt WenDo.**

### **Dlaczego warto?**

W trakcie warsztatów trenerki będą uczyć zachowań asertywnych, technik samoobrony, efektywnej komunikacji i rozwiązywania konfliktów. Udział w warsztatach jest bezpłatny. Zapraszamy dziewczęta zamieszkałe w Krakowie.

Zajęcia trwają 12 h (6h dziennie). Zapewniamy uczestniczkom obiad.

### **Najbliższe terminy warsztatów:**

~~**01-2.04.2017 wiek 14-15 lat** (sobota-niedziela) godz. 10.00-16.00 Program Aktywności Lokalnej MOPS Kraków, ul. Dąbrówki 7/3~~

**13-14.05.2017 wiek 14-15 lat** (sobota-niedziela) godz. 10.00-16.00 Program Aktywności Lokalnej MOPS Kraków, os. Na Skarpie 35

**20-21.05.2017 wiek 11-13 lat** (sobota-niedziela) godz. 10.00-16.00 Program Aktywności Lokalnej MOPS Kraków, ul. Dąbrówki 7/3

**27-28.05.2017 wiek 11-13 lat** (sobota-niedziela) godz. 10.00-16.00 Program Aktywności Lokalnej MOPS Kraków, os. Na Skarpie 35

### **Zapisy:**

Poprzez wysłanie wypełnionego formularza na adres [wendo@mops.krakow.pl](mailto:wendo@mops.krakow.pl)

Formularz dostępny [TUTAJ](#).

W razie pytań prosimy dzwonić pod nr 780511839

Potwierdzeniem zgłoszenia jest informacja mailowa ze strony organizatora. W przypadku braku miejsc na zgłaszany w formularzu termin, opiekunka warsztatu będzie się z Państwem kontaktować.