



Warsztaty rozwojowe w Centrum C 10 - zapisy już trwają!

2024-09-25

„Sztuka Patrzenia: Rozwiń skrzydła swojego potencjału” - to tytuł drugiej edycji cyklu warsztatów rozwojowych w Centrum Obywatelskim Centrum C 10. Zapisy na wydarzenia, które będą odbywać się w październiku i listopadzie, już trwają.

Zajęcia w siedzibie Centrum Obywatelskiego Centrum C 10 poprowadzi Małgorzata Pióro.

Tytuły i terminy poszczególnych warsztatów:

- „Odkryj swoją moc - warsztaty rozwojowe” - piątek, 4 października, godz. 10.00-14.00
- „Komunikacja i współpraca. Jak stworzyć przestrzeń komunikacji pełnej szczerości, akceptacji, asertywności i empatii, by kreatywnie i skutecznie współpracować?” - środa, 9 października, godz. 16.00-20.00
- „Poczucie własnej wartości. Jak mieć zaufanie do siebie, by skutecznie działać na co dzień, odkrywając lub wzmacniając poczucie własnej wartości?” - czwartek, 10 października, godz. 16.00-20.00
- „Emocje - jak je oswoić? Co nasze emocje mówią nam o naszych potrzebach?” - czwartek, 17 października, godz. 16.00-20.00.
- „Metoda Biegun, czy droga po swoje marzenia” - piątek, 18 października, godz. 10.00-14.00
- „Wartości - drogowskazy. Jak je odkryć, by były naszym drogowskazem w codziennym działaniu i wyborach?” - czwartek, 14 listopada, godz. 16.00-20.00
- „Jak budować odporność psychiczną?” - piątek, 15 listopada, godz. 10.00-14.00.

Każde spotkanie to oddzielne wydarzenie. Można wziąć udział we wszystkich siedmiu szkoleniach lub jedynie w wybranych częściach. Udział w warsztatach jest nieodpłatny.

Szczegóły dotyczące zapisów na poszczególne warsztaty będą publikowane na stronie internetowej c10.krakow.pl oraz na profilu [Centrum C 10 na Facebooku](#).

Liczba miejsc ograniczona. Decyduje kolejność zgłoszeń!