



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



Zveza
prijateljev
mladine
Ljubljana
Moste-Polje

DOBRO SEM. PA TI?

delavnice za dobro počutje, krepitev duševnega zdravja, izboljšanje veščin reševanja problemov, izražanja čustev in komunikacije

12 zaporednih tedenskih srečanj

KJE: Knjižnica Šiška, Trg komandanta Staneta 8, Ljubljana

KDAJ: ob torkih, od 18:00 do 19.30

Pričetek: 15.1.2019

Teme delavnic:

- spoznavanje sebe in drugih,
- misli in čustva,
- komunikacija,
- reševanje problemov in konfliktov,
- odnosi,
- postavljanje ciljev, motivacija,
- premagovanje stresa,
- sproščanje,
- lastni načrt delovanja.

Srečanja se izvajajo pod vodstvom usposobljene trenerke.

Delavnice so brezplačne.

Prijave in informacije zbiramo na: majkicmasa@yahoo.com do
28.12.2018 oz. do zapolnitve mest.