

Workshop na téma:

Psychohygiena pro pečující o děti s PAS

s p. psychologem Mgr. Františkem Zakopalem



24. února 2022 9:00 – 11:00

- na workshopu se dozvíme, jak nezapomenout pečovat o své potřeby
- získáme přehled, co vše pozitivního můžeme dělat pro sebe i ty, o které pečujeme
- zkusíme si různé techniky a figle, které nám pomohou udržet se v duševní kondici
- vytvoříme prostor pro vzájemné sdílení

Středisko Lydie

Třanovského 1758/10, Český Těšín

Vstup ZDARMA

Kontakt pro přihlášení: Jana Macečková

Email: rp2.lydie@slezskadiakonie.cz, tel.: 734 640 271

Organizátor: Slezská diakonie, Lydie Český Těšín, sociálně aktivizační služby

Tato akce je hrazena z prostředků Evropského sociálního fondu v rámci projektu Společně v jedinečnosti a sociálnímu začlenění, Reg. č. CZ. 03.2.60/0.0/0.0/18_088/0010748



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

 **Slezská diakonie**