

Fundacja C.E.L. zaprasza do udziału w grupowych spotkaniach weekendowych pt. „O trudach formułowania celów realizowanych z przyjemnością”. Oferta jest skierowana do mieszkańców Warszawy – rodziców uwikłanych w problem alkoholowy. Spotkania odbędą się w dniach 27-28 lipca br. Udział w zajęciach jest nieodpłatny.

16-godzinne spotkania grupowe są prowadzone w ramach cyklu „Spójrz na świat trzeźwym okiem – trening rozwoju umiejętności życiowych”. Podczas zajęć uczestnicy dowiedzą się, jak efektywnie realizować postawione plany i jak unikać pułapek, które utrudniają i wydłużają drogę do celu.

Podczas zajęć zostaną poruszone następujące tematy:

– Jak dowiadywać się, o co mi tak naprawdę chodzi?
– Co robić, żeby realizować swoje, a nie cudze „chcenia”?
– O ważnej roli przekonań w dążeniu do czegoś bardzo ważnego
– O rozróżnianiu faktów i fantazji dla dobra podejmowanych działań
– Jak nazywając rzeczy po imieniu, dodawać sobie energii do działania?
– Jak reagować na porażki i nie poddawać się swojemu zniechęceniu?
– Jak radzić sobie z nieoczekiwanymi trudnościami życiowymi?
– Jak rozumieć opory i upory bliskich osób wokół nas ?
– Co robić, jeśli „ważny” cel już mnie „nie kręci”?

Miejsce i czas spotkań:
27-28 lipca 2019 (sobota i niedziela 10-18)
siedziba Fundacji C.E.L.
ul. Wiśniowa 42 lok. 39

Zapisy odbywają się telefonicznie pod numerem: 22-646-22-56

Więcej informacji na stronach:
www.fundacjacel.pl
www.facebook.com/Fundacja-CEL-122734117776118/

Źródło finansowania: m.st. Warszawa w ramach zadania: Przeciwdziałanie uzależnieniom i patologiom społecznym w latach 2018-2021: „Szkoła Kompetencji Życiowych dla Rodziców i Dorosłych Członków Rodzin”.

Oprac. na podstawie informacji organizatora