

Fundacja

UNA zaprasza młodzież i młodych dorosłych w wieku 15-19 lat do udziału w nieodpłatnej grupie wsparciowo-rozwojowej prowadzonej w ramach programu „Jesteś Wiele Wart 3”.

Dzięki udziałowi w grupie:

- zwiększysz samoświadomość;
- zwiększysz asertywność, samoocenę i poczucie skuteczności w działaniu;
- poniesiesz umiejętność kontroli emocji;
- rozwiniesz umiejętność zaspokajania własnych potrzeb;
- rozwiniesz umiejętność skutecznej i świadomej komunikacji z innymi;
- zyskasz więcej wewnętrznego spokoju;

Uwaga! Liczba miejsc ograniczona!

Zapisy:

- telefonicznie:

665 830 618

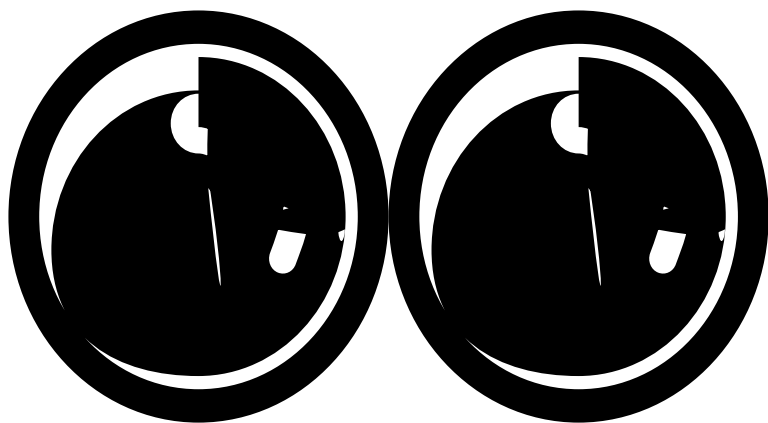
- e-mailowo: [poradnia@fundacjauna.pl](mailto:poradnia@fundacjauna.pl).

Miejsce spotkań:

Zajęcia będą prowadzone w Pracowni Fundacji UNA przy ulicy Nowolipki 19/1 (w zależności od okoliczności również w formie zdalnej).

Oferta jest skierowana do mieszkańców m.st. Warszawy.

Projekt jest finansowany ze środków własnych Fundacji oraz ze środków m.st. Warszawy.



Oprac. na podstawie informacji organizatora.

Fot. Nicolas Lobos, Unsplash.com