



Rozwód, utrata pracy, syndrom pustego gniazda, strach przed starzeniem się, chorobą, śmierć w rodzinie, wiele się w życiu może zdarzyć i nie mamy na to większego wpływu. To, na co mamy, to jak reagujemy na życiowe zawirowania. Centrum Spotkań Europejskich „Światowid” w Elblągu zaprasza na spotkania wszystkie kobiety, które czują potrzebę powrotu do siebie, odnalezienia nowej drogi.

Nasze warsztaty dedykowane są nie tylko paniom w kryzysie, ale wszystkim tym, które czują potrzebę zatrzymania się i dokonania pogłębionej refleksji. Planowany jest cykl sześciu spotkań, na których zostaną poruszone tematy dotyczące samoświadomości i samorozwoju. Zadamy sobie pytania o to, na jakim etapie jesteśmy w życiu, jakimi kobietami chciałobyśmy być, wsłuchamy się we własną intuicję, dowiemy się, czego potrzebujemy, w jaki sposób dbać o siebie, co nas, kobiety, kształtuje, czego potrzebujemy, z czym sobie radzimy, a z czym nie. Spróbujemy wyznaczyć swoje granice na nowo, nauczymy się słuchać siebie, doceniać to, co mamy, jak mówić o swoich potrzebach. Warsztaty odbędą się w ramach Klubu Aktywnego Seniora i skierowane są tylko do kobiet.

Pierwsze spotkanie, które poprowadzi Danuta Gizińska, odbędzie się w Galerii Nobilis w CSE „Światowid” 20 lutego, w godzinach 17.00-19.00, a kolejne daty zajęć zostaną ustalone z uczestnikami. Na zajęcia obowiązują zapisy.

Osoby zainteresowane prosimy o kontakt pod numerem telefonu 55 611 20 59 lub mailowo aleksandra.bednarczuk@swiatowid.elblag.pl

Serdecznie zapraszamy, naprawdę warto.

Projekt „Elbląscy edukatorzy dla seniorów” jest realizowany przy wsparciu programu Unii Europejskiej Erasmus+.