



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej

6 maja 2016r.- spotkanie w ramach programu korekcyjno-edukacyjnego

W dniu **6 maja 2016r.** o godzinie **16:00** w sali konferencyjnej **204** budynku **B** Starostwa Powiatowego w Limanowej odbędzie się kolejne z serii spotkań w ramach programu **korekcyjno-edukacyjnego**.

Program adresowany jest do osób mających trudności z kontrolą emocji, napięciem. Stosujących niewłaściwe sposoby radzenia sobie ze stresem. Rozwiązujących konflikty z użyciem siły i przemocy.

Serdecznie zapraszamy wszystkich zainteresowanych chcących podjąć pracę nad sobą, poprawić jakość swoich relacji z innymi, zdobyć wiedzę na temat rozpoznania sygnałów ostrzegawczych zapowiadających zachowania przemocowe na spotkanie w ramach programu korekcyjno-edukacyjnego.

Udział w programie pozwoli m.in. na:

- uświadomienie czym jest przemoc i jakie są jej formy,
- poszerzenie wiedzy z zakresu komunikacji interpersonalnej, asertywności, sposobów radzenia sobie ze złością,
- nabycie nowych umiejętności służących rozwiązywaniu konfliktów, sporów w rodzinie bez użycia agresji,
- stworzenie planu bezpieczeństwa,
- naukę umiejętności partnerskiego układania stosunków w rodzinie, uczenie się korzystania z pomocy innych,
- naukę umiejętności konstruktywnego wyrażania uczuć, komunikowania swoich potrzeb.

Szczegółowe informacje pod numerem telefonu **(18) 33 37 912**.

Informacji udziela **Małgorzata Frączek**.