



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej

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

W dniu **13 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 skierowany jest do osób mających trudności z kontrolą emocji, napięciem i radzeniem sobie ze stresem, a także do osób rozwiązujących konflikty z użyciem siły i przemocy.**

Serdecznie zapraszamy wszystkie zainteresowane osoby wyrażające chęć pracy nad sobą i poprawy jakości swoich relacji z innymi na spotkanie w ramach programu korekcyjno-edukacyjnego.

Udział w programie pozwoli m.in. na:

- uświadomienie czym jest przemoc i jakie są jej rodzaje,
- 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**.