

# Stowarzyszenie Użytkowników Psychiatrycznej Opieki Zdrowotnej oraz Ich Rodzin i Przyjaciół "FENIKS"

zaprasza

do udziału w **bezpłatnych** warsztatach

## Treningu Umiejętności Społecznych (TUS)

skierowanego do uczniów szkół podstawowych **z klas 6-8**

### Co będziemy robić?:

- zabawy rozwijające pewność siebie
- rozmowy bez oceniania
- gry i ćwiczenia w grupie
- ćwiczenia radzenia sobie w trudnych sytuacjach

### JEŚLI CHCESZ:

poprawić swoje kompetencje społeczne

pewniej mówić, co myślisz i czujesz

lepiej dogadywać się z innymi

nauczyć się być świadomym własnej wartości

nauczyć się radzić sobie ze stresem i emocjami

poznać nowych ludzi



**DOŁĄCZ DO NAS!!**



**Tel. 791-032-924 - Adrianna Bakalarek**

**pn.-pt. 9:00-15:00**

**E-mail: fenikskg@op.pl**

**Ilość miejsc ograniczona!**

*Zadanie publiczne "Ochrona i promocja zdrowia" finansowane ze środków budżetu Gminy Kołobrzeg na rok 2026*

