

WARSZTATY DLA KOBIET "ZDROWIE PSYCHICZNE A STAN EMOCJONALNY"

Data wydarzenia

07-06-2024 17:00 - 07-06-2024 19:00

Miejsce

Lubiteka, ul. Sportowa 3

Wstęp

Bezpłatne

Kontakt z organizatorami

instruktor [at] biblioteka.lubliniec.pl

<http://www.biblioteka.lubliniec.pl/>

Kategoria wydarzenia

Wydarzenia Lubiteka

WARSZTATY DLA KOBIET "ZDROWIE PSYCHICZNE A STAN EMOCJONALNY"

Zapraszamy serdecznie wszystkie mamy przebywające na urlopie macierzyńskim lub wychowawczym oraz te, które są nieaktywne zawodowo ze względu na opiekę nad dzieckiem!

Data: 7 czerwca

Godzina: 17:00

Prowadzenie: Sylwia Smela, psycholog, socjoterapeuta

Podczas tego warsztatu dowiesz się:

Czym jest zdrowie psychiczne?

Jak dbać o zdrowie psychiczne?

Dlaczego zdrowie psychiczne jest nieodłączną częścią zdrowia fizycznego?

To wyjątkowe spotkanie w ramach projektu "MAMA NA SWOIM! MAMA NA ETACIE!" pomoże Ci zadbać o siebie i swoje samopoczucie.

Nie przegap tej okazji, by dowiedzieć się więcej o zdrowiu psychicznym i emocjonalnym!

Do zobaczenia!

Projekt dofinansowany przez Fundację BGK w programie „Skrzydła dla mamy” - edycja IV

Sylwia Smela absolwentka studiów magisterskich z psychologii o specjalności psychologii klinicznej oraz studiów podyplomowych z socjoterapii Uniwersytetu Dolnośląskiego DSW we Wrocławiu.

Pracuje z dziećmi, młodzieżą (ich rodzicami) oraz dorosłymi jako psycholog, pedagog, oligofrenopedagog, socjoterapeuta oraz terapeuta EEG-Biofeedback. Prowadzi terapię par oraz konsultacje i warsztaty dla rodziców.

Prywatnie żona oraz mama dwójki nastolatków.

#WarsztatyDlaKobiet #ZdrowiePsychiczne #StanEmocjonalny #MamaNaSwoim #MamaNaEtacie #SylwiaSmela #Psychologia #Socjoterapia #DlaMam #WsparcieDlaMam #OpiekaNadDzieckiem

[Pozostałe wydarzenia](#)

- [Udostępnij](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)