



Wiadomości

Piątek, 7 kwietnia 2017

Warsztaty psychospołeczne w Klubie EGIDA

Na przełomie lutego i marca 2017 r. w Klubie Abstynenta EGIDA rozpoczął się kolejny cykl warsztatów psychospołecznych prowadzonych przez panią psycholog Katarzynę Wantuch ze Spółdzielni ENTER@.

Warsztaty psychospołeczne miały na celu doskonalenie umiejętności interpersonalnych, wzrost poczucia własnej wartości oraz wzmocnienie asertywności, a skierowane są do wszystkich członków Klubu Egidy. Tematy warsztatów dotyczyły m.in. między innymi: komunikacji interpersonalnej, automotywacji, asertywności, radzenia sobie ze stresem i zarządzaniem czasem.

Warsztaty trenerskie ukierunkowane są na praktyczne zastosowanie umiejętności interpersonalnych przy jak największym zaangażowaniu wszystkich zmysłów uczestników. Jak tłumaczy pani Katarzyna Wantuch, doświadczona trenerka i life coach, każde z jej szkoleń lub warsztatów nastawione są na jak największy rozwój i doskonalenie myślenia, empatii, motywacji, aktywności społecznej lub zawodowej oraz integracji uczestników. Dzięki starannie zaplanowanym ćwiczeniom, uczestnicy mają możliwość rozwinąć swój potencjał, kreatywność a co za tym idzie zmotywować się do działania lub radzenia sobie z trudnościami.

Dla przypomnienia dodajemy, że Klub Abstynenta EGIDA realizuje zdania na rzecz trzeźwości w naszym mieście od blisko 30 lat. Świadczy pomoc osobom uzależnionym i ich rodzinom. Członkowie Klubu uczestniczą w spotkaniach integracyjnych rodzin, mityngach i imprezach trzeźwościowych. Działania Klubu Abstynenta mają głównie na celu umocnienie Terapii osób chcących wyjść z uzależnienia. Stowarzyszenie Gorlicki Klub Abstynenta EGIDA ma swoją siedzibę w Gorlicach przy ul. 3 Maja 19. **Bieżąca działalność Klub EGIDA dofinansowana jest ze środków Miasta Gorlice w ramach Miejskiego Programu Profilaktyki Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Narkomanii.**