

# Warsztaty ze zmiany dla kobiet w Centrum Aktywizacji Społecznej



Spotkania / Warsztaty

19.06.2026

17:30

Wstęp wolny (zapisy)

Chcesz zmienić swoje życie, ale nie wiesz jak się do tego zabrać? Twoja praca już nie przynosi satysfakcji, pragniesz nowych wyzwań jednak boisz się tego, co przyniesie przyszłość?

Nasze warsztaty są właśnie dla Ciebie!

Będziemy rozmawiać w babskim gronie o tym, czego się boimy i jak sobie z tym lękiem poradzić. Jak budować w sobie poczucie własnej wartości.

W programie warsztatów przewidujemy także:

- spotkania z kobietami, które przeszły w życiu duże zmiany zawodowe i prywatne,
- krąg kobiet i przestrzeń na rozmowy o tym, czego się boimy,
- narzędzia, jak poradzić sobie z lękiem i strachem przed zmianą.

Będzie także poczęstunek i upominek dla uczestniczek

A dzięki wsparciu z budżetu Samorządu Województwa Opolskiego warsztaty są całkowicie bezpłatne. Jednak decyduje kolejność zgłoszeń. Warsztaty odbędą się w dniu 19 czerwca (piątek), rozpoczęcie o 17.30 w Centrum Aktywizacji Społecznej w Opolu (ul. Krakowska 32, II piętro).

Zgłoszenia: warsztaty@opolskiedziouchy [dot] pl

O uczestnictwie decyduje kolejność zgłoszeń i otrzymanie maila z potwierdzeniem uczestnictwa.

Prowadzą:

dr Sandra Murzicz - prezeska Fundacji oraz wykładowca komunikacji społecznej.

Wiktoria Wieszołek - coach rozwoju, bioenergoterapeutka oraz studentka psychologii.

Tagi

dla kobiet