



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



Zveza  
prijateljev  
mladine  
Ljubljana  
Moste-Polje

## **DOBRO SEM. PA TI?**

***delavnice za dobro počutje, krepitev duševnega zdravja, izboljšanje veščin reševanja problemov, izražanja čustev in komunikacije***

12 zaporednih tedenskih srečanj, v skupini 6-10 udeležencev

**KJE: Knjižnica Šiška, Trg komandanta Staneta 8, Ljubljana**

**KDAJ: ob torkih, od 18:00 do 19.30**

**Pričetek: 15.1.2019**

### **Teme delavnic:**

- spoznavanje sebe in drugih,
- misli in čustva,
- komunikacija,
- reševanje problemov in konfliktov,
- odnosi,
- postavljanje ciljev, motivacija,
- premagovanje stresa,
- sproščanje,
- lastni načrt delovanja.

Srečanja se izvajajo pod vodstvom usposobljene trenerke.

Delavnice so brezplačne.

**Prijave in informacije zbiramo na: [majkicmasa@yahoo.com](mailto:majkicmasa@yahoo.com)**