

# WARSZTATY Z SAMOOBRONY I ASERTYWNOŚCI METODĄ WENDO

---

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Świdnicy organizuje dla swoich pracowników płci pięknej warsztaty z samoobrony i asertywności metodą WenDO. Warsztaty mają na celu naukę:

skutecznej, spójnej, asertywnej komunikacji,  
rozpoznawania i diagnozowania sytuacji przekraczania granic, podejmowania decyzji,  
reagowania na sytuacje przekraczania granic, dyskryminację i przemoc ze względu na płeć i inne,  
samoobrony fizycznej w sytuacjach ataku/napaści.

Warsztaty prowadzone będą przez dwie trenerki: tj. Panią Lenę Bielską oraz Panią Magdalenę Szewciów dla dwóch grup pracowników w niżej podanych terminach:

I grupa - 28-29 września 2020 r. od godz. 8:00 do godz. 15:00,

II grupa - 28-29 października 2020 r. od godz. 8:00 do godz. 15:00.

Zajęcia odbędą się w Centrum Wspierania Organizacji Pozarządowych w Świdnicy przy ul. Długiej 33 (parter- sala konferencyjna nr 1).