

Kurz „ROSE“

Kurz rozvoje osobnosti pro ženy II.

„...jako „RŮŽE“ ... věřím, že každá z nás je jako krásná květina, která voní a dává lidem okolo sebe radost, pokud rozvinula vše, čím byla obdarována“.



**My ženy v sobě ukrýváme obrovský potenciál.
Bylo by škoda ho nechat ležet ladem.
Pojďme ho společně objevit a rozvinout!**

CÍLE KURZU:

- naučit se lépe vyjadřovat a zvládat své pocity
- lépe se poznat a využívat své vnitřní zdroje
- rozvinout vztahy kolem sebe

TÉMATA:

1. **Moc slova** aneb jak mluvit k sobě a druhým.
2. **Emoční inteligence** aneb jak zvládat hněv a jiné emoce.
3. **Životní hodnoty** (laskavost, trpělivost ...) aneb Třináctá Korintským v praxi.
4. **Nikdy není pozdě na spokojenou rodinu.** Co mohu udělat pro lepší atmosféru a vztahy v rodině? (podle teorie terapeuta Bena Furmana)
5. **Sebekoučovací techniky** aneb jak si mohu pomoci sama.

Doba setkávání:

Úterky: 21.3., 4.4., 18.4., 2.5. a 16.5.2023

Čas: 17.00 – 19.30

Místo: Pastorační dům Vsetín, Horní náměstí 134

Cena: 1.500,- / osoba (pro pokračující z ROSE I =1.300,-)

Počet míst 16 osob. Prosím, přihlašte se emailem: l.zmelikova@gmail.com nebo telefonicky u Lenky Změlíkové 605 05 36 83.