

Co zrobić, kiedy ktoś przekracza nasze granice? Jak wyrażać swoje potrzeby? Filia nr 1 zaprasza na spotkanie z Joanną Smoleńską - coachem, promotorką zdrowego stylu życia, która przeprowadzi warsztaty rozwojowe. Podczas tych zajęć dowiemy się, jak świadomie wyznaczać granice i budować poczucie własnej wartości.

Na spotkanie zapraszamy 15 października 2024 r., o godz. 16.30 do Filii nr 1 przy ul. Wilkońskiego 32. Obowiązują zapisy pod numerem telefonu (52) 35 76 470.

Filia nr 1  
Biblioteki Miejskiej im. Jana Kasprówicza  
zaprasza na spotkanie

**JAK ZADBAĆ  
O SWOJE  
GRANICE?**

**ZDROWE GRANICE  
TO GWARANCJA SPOKOJU**

Warsztaty rozwojowe poprowadzi  
Joanna Smoleńska,  
coach, promotorka zdrowego stylu życia.

**15.10.2024 r. (wtorek)  
godz. 16.30**

**OBOWIĄZUJĄ ZAPISY**

 (52) 35-76-470

 ul. Wilkońskiego 32

Zdjęcia wykonane podczas wydarzenia posłużą do celów promocyjnych Biblioteki Miejskiej im. Jana Kasprówicza



stawianie-granic-joanna-smolenska