

# Weekend dla rozwoju osobistego w Gminie Igołomia-Wawrzeńcyce

W dniach 26.08.2022 – 28.08.2022 r. na terenie Gminy Igołomia-Wawrzeńcyce odbyło się wydarzenie pt. „WEEKEND DLA ROZWOJU OSOBISTEGO”. Przedsięwzięcie to zostało zorganizowane przez

---

Stowarzyszenie „Kreatywnie Aktywni”, które realizując swoje statutowe założenia, postanowiło wyjść naprzeciw oczekiwaniom naszych mieszkańców, co do aktywnego i rozwojowego spędzania czasu. Pomysłodawcą i koordynatorem wydarzenia był Sekretarz Stowarzyszenia „Kreatywnie Aktywni” Mateusz Samborek, który równocześnie prowadził jeden z warsztatów. Warsztaty miały charakter interaktywny i były prowadzone w dwóch formach: stacjonarnie – w Centrum Kultury i Promocji w Igołomi-Wawrzeńcach oraz online. Za udział w każdym z warsztatów, uczestnicy otrzymali zaświadczenia. Tematyka warsztatów była zróżnicowana i obejmowała tematy takie jak: asertywność, stres w życiu codziennym, sposoby radzenia sobie ze stresem oraz komunikacja interpersonalna.

Warsztaty były prowadzone według następującego harmonogramu:

1. Piątek – Online - 17:00 – 20:00. Prowadzący: Dawid Jureczko – warsztat pt. „Asertywność, czyli sztuka życia w zgodzie ze sobą”;
2. Sobota – stacjonarnie w CKiP Wawrzeńcyce - 9:00 – 14:00. Prowadząca: Adrianna Twaruszką – warsztat pt. „Efektywna Komunikacja”;
3. Niedziela – stacjonarnie: CKiP Wawrzeńcyce - 10:00 – 16:00. Prowadzący: Mateusz Samborek i Emilia Patyna: warsztat pt. „Życie bez stresu”.

Ze względu na duże zainteresowanie tego typu aktywnością, postanowiliśmy nie poprzestawać na jednorazowej organizacji tego typu wydarzenia. Zachęcamy każdego, kto jest zainteresowany tą tematyką do kontaktu z koordynatorem wydarzenia Mateuszem Samborkiem. Dane do kontaktu: e-mail: [mateusz.t.samborek@gmail.pl](mailto:mateusz.t.samborek@gmail.pl) lub poprzez stronę [Mateusz Samborek - Coach | Facebook](#). Jednocześnie pragniemy zapewnić, że jesteśmy otwarci na Państwa propozycje, co do tematyki przyszłych warsztatów.