



**Magiczny
Kraków**

Rusza wiosenna edycja Kliniki Społecznika!

2025-04-23

Czy czują się Państwo przeciążeni obowiązkami? Trudno znaleźć czas na odpoczynek? Praca w organizacjach pozarządowych to ogromna misja, ale nie powinna odbywać się kosztem Państwa zdrowia i dobrostanu. Właśnie dlatego organizujemy wyjątkowe warsztaty: „Równowaga praca-życie, czyli jak unikać pułapek przepracowania”, które odbędą się 6 maja w godzinach 16:00-20:00 w Centrum Obywatelskim - ul. Reymonta 20.

Dla kogo? Szkolenie zostało zaprojektowane z myślą o osobach działających w NGO, które poszukują skutecznych sposobów na regenerację, pragną odzyskać równowagę między życiem zawodowym a prywatnym oraz nauczyć się rozpoznawać sygnały przemęczenia.

Czego się Państwo nauczą? Podczas warsztatów poznają Państwo sprawdzone strategie dbania o zdrowie psychiczne i fizyczne. Będziemy wspólnie pracować nad indywidualnymi metodami odzyskiwania energii i efektywnego odpoczynku. Dzięki praktycznym wskazówkom dowiedzą się Państwo, jak unikać pułapek przepracowania i zadbać o własny dobrostan w pracy prospołecznej.

Dlaczego warto? Działalność na rzecz społeczności często wiąże się z wielką pasją – ale aby działać skutecznie, warto zadbać o siebie. Warsztaty Kliniki Społecznika to idealna okazja, aby w przyjaznej atmosferze zdobyć wiedzę i narzędzia, które pomogą Państwu w codziennym życiu.

Termin: Wtorek 6 maja godz. 16.00

Miejsce: Centrum Obywatelskie - ul. Reymonta 20

Zapisy: Zgłoszenia przyjmujemy pod linkiem: <https://forms.gle/9C59g6kVeWgh1rzYA>

Nie przegapcie Państwo tej okazji – dołączcie do nas i odkryjcie, jak pracować z pasją, nie rezygnując z równowagi!