

W dniach od 30.01.2018 r. do 01.02.2018 r. w Klubie Integracji Społecznej działającym przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Kościanie w ramach projektu „Tęcza” współfinansowanego przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego odbyły się warsztaty pn. „Radzenie sobie ze stresem i wypaleniem opiekuńczym”. W zajęciach uczestniczyła 10-osobowa grupa. Warsztaty odbywały się w godzinach od 8.30 do 14.30.

Głównym tematem warsztatów było pojęcie stresu, jego źródła oraz metody niwelowania. Wykładowca nawiązywał do rodziny, jako podstawowego środowiska życia człowieka, wskazywał na funkcje rodziny oraz style jej wychowania. Uczestnicy mieli możliwość swobodnej wypowiedzi, analizy własnych myśli i poglądów.

Każdy z uczestników otrzymał materiały szkoleniowe oraz zaświadczenie o uczestnictwie w warsztatach. W czasie zajęć zapewniona została opieka dla dzieci w Świetlicy Socjoterapeutycznej przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Kościanie. Uczestnicy i dzieci skorzystali z posiłku.



