

## **Warsztaty kompetencji i umiejętności społecznych**

W dniach od 17 do 19 sierpnia 2015 roku w Grand Chotowa piętnaście osób nabywało umiejętności z zakresu kompetencji społecznych podczas wyjazdowych szkoleniowo- integracyjnych „Warsztatów kompetencji i umiejętności społecznych”, w ramach zadania Aktywna Integracja projektu „Czas na aktywność w mieście Dębica”.

---

Celem warsztatów było zdobycie wiedzy na temat pozytywnego myślenia, podstaw komunikacji interpersonalnej, rozwijanie własnej samooceny, wiary w siebie, budowanie aktywnej postawy, osoby wartościowej i wierzącej we własne możliwości, jak również integracja uczestników.

Podczas 3-dniowego wyjazdu uczestnicy wzięli udział w zajęciach edukacyjnych, jak również mieli możliwość skorzystania z basenu, ścianek wspinaczkowych i parku linowego.

Szkolenie przeprowadzone zostało przez Szkołę Coachingu Lilianny Kupaj i liczyło 20 godzin warsztatowych.