



„Szociális célú városrehabilitáció-Miskolc Avas-dél akcióterületen” című  
ÉMOP-3.1.1-12-2013-0011 számú projekt  
**Miskolci Nőknek Is Esélyt Alapítvány, MINŐIES Alapítvány**  
**Önismereti klub** - Helyszín: 3529 Miskolc, Szentgyörgy u.42.-44.

Szeretnék hasznos elfoglaltságot, jó társaságot találni, heti rendszerességgel emberek között lenni és beszélgetni, gondolatokat, véleményeket cserélni? Esetleg többet megtudni magukról, erősségeikről, lehetőségeikről?

Ha igen, akkor jöjjenek a **„Légy önmagad, de merj változtatni!” – az önérvényesítés támogatása a magánéletben és a munka világában** programjaira.

**Az önismereti klub keretében** megismerheti önmagát, feltérképezheti erősségeit és lehetőségeit, megerősítést kaphat abban, hogy mely kompetenciáit érdemes fejleszteni annak érdekében, hogy sikeresebb, elégedettebb lehessen önmagával, meghatározhassa reális életcélját, hatékonyabban kommunikáljon környezetével és megismerje azokat az egyszerű technikákat, amik segítenek az eredményes konfliktuskezelésben és kapcsolattartásban.

### **Az ÖNISMERETI KLUB TERVEZETT TÉMÁI 2014. szeptemberében és októberében**

**2014.09.26. hétfő 15,00-17,00: Kik vagyunk, mit akarunk – ismerkedés**

**2014.10.06. hétfő 15,00-17,00: Mit tudunk önmagunkról?**

**2014.10.13. hétfő 15,00-17,00: Jó és rossz tulajdonságaink**

**2014.10.20. hétfő 15,00-17,00: Ki vagyok én?**

**2014.10.27. hétfő 15,00-17,00: Milyen szeretnék lenni?**

**Minden érdeklődőt szeretettel várunk!**