

Poznańska Akademia Wolontariatu – spotkania w kwietniu



Stowarzyszenie CREO zachęca do udziału w szkoleniach dla wolontariuszek i wolontariuszy. Spotkania odbywają się w formule online oraz stacjonarnie, a udział w nich jest bezpłatny. Obowiązują jednak zapisy.

Harmonogram najbliższych spotkań:

Warsztat: Wolontariat senioralny – zawsze jest czas, żeby zacząć pomagać

- 12 kwietnia, godz. 10.00-13.00
- prowadzenie: Nina Woderska
- stacjonarnie

Warsztat kierowany do osób w wieku senioralnym, które chciałyby rozpocząć wspieranie różnych NGO w ramach wolontariatu. Podczas zajęć przybliżone zostaną różne sprawdzone formy wolontariatu, w tym. m.in. te podejmowane w Klubie Starszaka CREO.

Warsztaty profilaktyczne – uważność i radzenie sobie ze stresem

- 24 kwietnia, godz. 16.00-19.00
- prowadzenie: Michalina Voss
- online: [link do spotkania](#)

Zajęcia będą miały na celu omówienie, czym jest uważność, jak ją praktykować oraz jakie płyną z tego korzyści. Co najważniejsze, warsztat ma na celu pokazanie konkretnych sposobów na praktykowanie uważności oraz ćwiczeń, które będą mogli wykorzystywać również po warsztacie, czyli otrzymają narzędzie do samodzielnej praktyki uważności w swoim zakresie.

Jak zapisać się na warsztaty?

Zapisy na warsztaty odbywają się poprzez internetowe formularze zgłoszeniowe:

- [Warsztaty o wolontariacie senioralnym](#)
- [Warsztaty profilaktyczne](#)

Zgłoszenia można również dokonać mailowo, wysyłając wiadomość na adres: info@wolontariat.poznan.pl lub telefonicznie pod numerem tel. 690 251 119.

Więcej informacji:

- Kontakt: Stowarzyszenie CREO, ul. Kochanowskiego 8a/2, tel. 508 024 833 | [Stowarzyszenie CREO: Facebook](#) | [Poznańska Akademia Wolontariatu 2023: strona projektu](#)