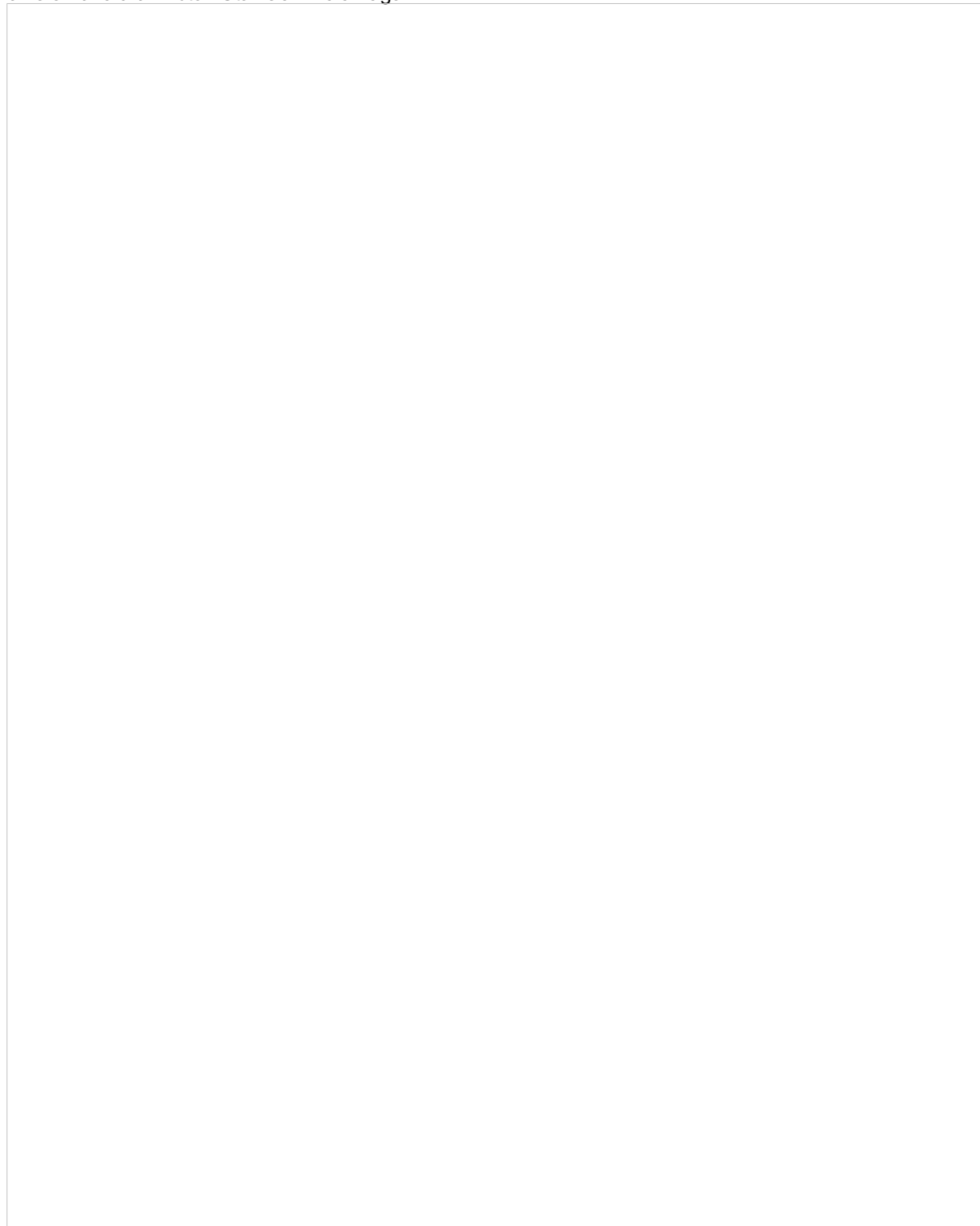


## Turnusy kondycyjne dla opiekunów faktycznych

01 sie 2025 9:07 Autor: Stanisław Kałamaga



W ramach projektu Region Dobrego Wsparcia odbędzie 50 turnusów kondycyjnych dla opiekunów faktycznych.

Celem turnusów jest przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu opiekunów faktycznych, wzmocnienie ich odporności psychicznej oraz umożliwienie rehabilitacji ruchowej.

Planowana liczba uczestników turnusów: łącznie maksymalnie 500 osób – tj. po 10 osób na każdy turnus.

Każda edycja to 5 dni - 30 h zajęć warsztatowych podczas których uczestnicy poruszą takie kwestie jak:

- asertywność,

- komunikacja interpersonalna,
- przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu,
- trening rozwoju osobistego,
- radzenie sobie: w sytuacjach kryzysowych, ze stresem, ze stratą,
- budowanie odporności psychicznej,
- profilaktyka chorób cywilizacyjnych i zapobieganie ich powikłaniom.

Dodatkowo dla każdego uczestnika przewidziano po 3 godziny zajęć rehabilitacyjnych.

Turnusy odbędą się w latach 2025 – 2029. Terminy turnusów w roku 2025:

- 8-12 września 2025 r.
- 15-19 września 2025 r.
- 29 września – 3 października 2025 r.
- 13-17 października 2025 r.
- 17-21 listopada 2025 r.

W każdym z tych terminów udział biorą 2 grupy.

Miejsce realizacji turnusów: Ośrodek Wypoczynku i Rekreacji VENUS, ul. Nadmorska 15, 72-330 Mrzeżyno.

Udział w turnusach jest bezpłatny – organizator zapewnia kadrę trenerską, zakwaterowanie w pokojach 2-osobowych oraz wyżywienie.

Więcej informacji: [rdw.wzp.pl](http://rdw.wzp.pl)

Zapisy i informacje: tel. 510 909 037

---

<https://rops.archiwum-wzp.pl/aktualnosci/turnusy-kondycyjne-dla-opiekunow-faktycznych>