



Peace of Mind & Strength of Heart

bezpłatne warsztaty

HRE

Healing. Resilience.
Empowerment.

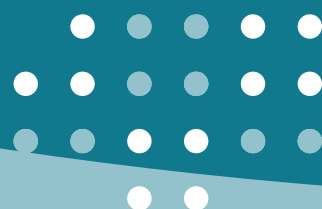
For
KIDS

Warsztaty HRE są dedykowane dzieciom i młodzieży dotkniętym następstwami wojny w Ukrainie

- Zredukuj stres
- Pokonaj niepokój
- Popraw sen
- Wzmocnij chęć działania

W programie warsztatów:

**Ćwiczenia wzmacniające
odporność wewnętrzną,
ćwiczenia oddechowe,
relaksacja, gry i dużo zabawy**



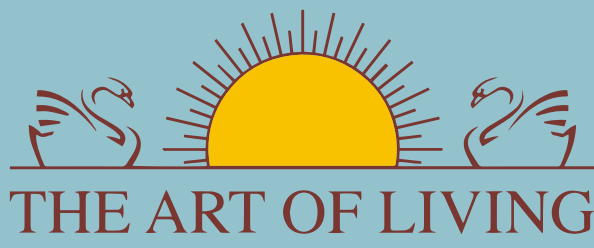
“

Bardzo podobały mi się warsztaty HRE! To było naprawdę fajne zobaczyć siebie z innej strony, poczuć się spokojniejszą po tym wszystkim co przeżyłam ..
Anna, 12 lat

We współpracy z



Fundacja
UNDERSTANDING



THE ART OF LIVING



IAHV
INTERNATIONAL
ASSOCIATION FOR
HUMAN VALUES



**SIGN UP
TODAY**

Register today
for our weekly sessions.



pms.h.iahv-peace.org



Co-funded by
the European Union