

O prowadzących:



Monika Stępka - 30 lat, psycholog i mama 2-letniego Antka. Od 2001 roku pracuję z grupami prowadząc warsztaty rozwoju osobistego, które od 2009 realizuję w ramach Pracowni Osobistej - mojego drugiego dziecka :-). Od dwóch lat w dużej mierze skupiam się na pracy z Rodzicami oraz z Przyszłymi Mamami. Wartością dla mnie jest zdrowie osiągnięte poprzez życie według zasad medycyny chińskiej.

Dążąc do rozwoju osobistego pracuję z ciałem, oddechem. W wolnych chwilach z pasją oddaję się doskonaleniu techniki decoupage.



Joanna Hajduczenia - 28 lat, psycholog, mama 1-roczonej Niny. Od czasu zajścia w ciążę i urodzenia dziecka doświadczam mocno mądrości natury i siły drzemiącej w kobiecym ciele. Fascynuje mnie praca z kobietami w ciąży i młodymi mamami, wspieranie kobiet w tym niezwykłym czasie.

W pracy odwołuję się do holistycznego podejścia do zdrowia, w którym kładzie się nacisk na wzajemny wpływ ciała i psychiki. Wierzę w wartość pracy z ciałem, z oddechem.

Pracownia Osobista

Ul. Śniadeckich 27/8; 80-204 Gdańsk; NIP 584-241-29-58; kom. 501 943 275;
info@pracowniaosobista.pl; www.PracowniaOsobista.pl