Strona znajduje się w archiwum.

Turnus antystresowy dla funkcjonariuszy SG

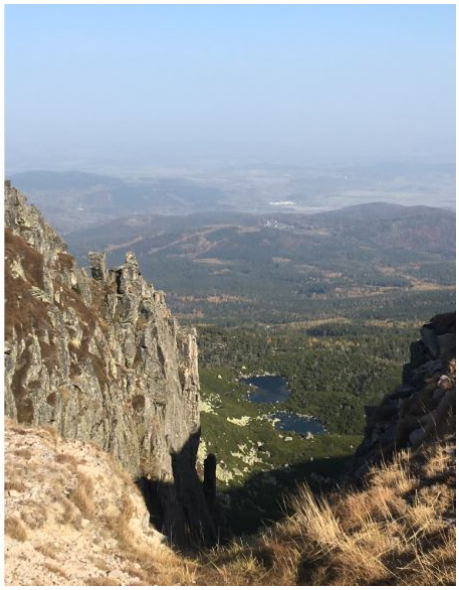
Anna Chmura
30.10.2018

W dniach 15 – 26.10.2018 r. w Obiekcie Szkoleniowym OSS SG w Szklarskiej Porębie odbyła się ostatnia w tym roku edycja dwunastodniowego turnusu antystresowego dla funkcjonariuszy SG.

W zajęciach uczestniczyło 10 funkcjonariuszy Straży Granicznej.
Kurs prowadzony był metodami aktywizującymi z wykorzystaniem procesu grupowego.
Zaprezentowano prozdrowotne strategie radzenia sobie ze stresem, począwszy od treningu autogennego po wędrówkę i pracę w terenie.










Równia nad
Śnieżnymi Kotłami
1489 m n.p.m.
PTTK
Przełęcz
Karkonoska
1 h 45 min
schronisko
"Dom Śląski"
3 h 45 min
Hala Szrenicka
schronisko PTTK
1 h 15 min
Szklarska Poręba
Górna
2 h 30 min
PTTK


SZAŁAS
SIELANKA
WODOSPAD KAMIENCZYKA