



GMINA  
SMĘTOWO  
GRANICZNE

# Gmina Aktywnych Kobiet!

Zapraszamy serdecznie panie z naszej gminy na kolejne spotkanie z cyklu: Gmina Aktywnych Kobiet. Tegoroczne wydarzenie odbędzie się pod hasłem: **“Kobieta w harmonii - zdrowa, piękna, silna”**.

**17 października**



**Godz: 15: 00 - 18:00**

**Świetlica wiejska  
w Kopytkowie**

Patronat:

*Anita Galant*



## W PROGRAMIE M.IN.:

- Wystąpienie wójt gminy Anity Galant - pt. **“Być słyszaną i obecną - wyzwania i siła kobiet w samorządzie”**
- Warsztat **stymulacji nerwu błędnego, czyli jak poskromić stres**. - Emilia Zgubińska
- Wykład pt. **“Narząd żucia czy narząd stresu. O zaciskaniu zębów, bólach głowy i emocjach zapisanych w ciele”** - Karolina Galant - Pituła
- Warsztat z zakresu **pielęgnacji skóry i makijażu** - Alicja Bukowska
- **Strefa kobiet z rękodziełem**
- **Stanowisko doradcze ws. ubezpieczeń** - Gabriela Plit
- Poczęstunek.

## WIĘCEJ INFORMACJI NA:

 /GMINASMETOWOGRANICZNE



Prowadzisz firmę i **chcesz zaprezentować swój biznes** podczas wydarzenia? Zgłoś się do nas, pisząc pod adres: [ug@smetowograniczne.pl](mailto:ug@smetowograniczne.pl). Na wiadomości czekamy do 3.10.2025r.



Wspieramy akcję: Różowy Październik