

Wyższa Szkoła Straży Granicznej

<https://wssg.strazgraniczna.pl/wss/archiwum-aktualnosci/55767,Turnusy-antystresowe-dla-funkcjonariuszy-Strazy-Granicznej.html>
06.10.2024, 16:23

Turnusy antystresowe dla funkcjonariuszy Straży Granicznej

Mariusz Makara
10.10.2022

W dniach od 5 września do 16 września oraz od 19 września do 30 września br. w obiekcie szkoleniowym Centralnego Ośrodka Szkolenia Straży Granicznej w Koszalinie odbyły się 2 edycje turnusu antystresowego dla funkcjonariuszy Straży Granicznej.

Uczestnikami turnusu byli funkcjonariusze z Bieszczadzkiego, Nadbużańskiego, Śląskiego, Karpackiego, Podlaskiego, Warmińsko - Mazurskiego Oddziału Straży Granicznej oraz Komendy Głównej Straży Granicznej.

Uczestnicy turnusu wzięli aktywny udział w zajęciach z psychologiem podczas których doskonalili swoje umiejętności radzenia sobie ze stresem oraz z zakresu komunikacji interpersonalnej. Ponadto funkcjonariusze uczestniczyli w zajęciach relaksacyjno-kondycyjnych. Udział w turnusie antystresowym pomoże funkcjonariuszom w wykonywaniu codziennych obowiązków służbowych.

Turnus antystresowy przeprowadzili: kpt. SG Magdalena Świś - psycholog Służby Zdrowia oraz mjr Marek Kulon - wykładowca Zakładu Ogólnozawodowego COSSG w Koszalinie.

