

Poznań, 20 maja 2024 r.

## Sztuka self-love z Małgorzatą Ohme

**25 maja o godzinie 12:00 na Scenie Food Fyrtla odbędzie się wyjątkowe spotkanie w ramach projektu Posnania TALKS. Osoby zainteresowane psychologią, samorozwojem i tematyką związaną z self-love, będą mogły wziąć udział w bezpłatnych warsztatach z Małgorzatą Ohme.**

W świecie, gdzie na każdym kroku jesteśmy bombardowani obrazami perfekcji i wymagań narzucanych przez popkulturę, zapominamy, jak ważne jest akceptowanie siebie takimi, jakimi jesteśmy – wyjątkowymi. W ramach projektu Posnania TALKS 25 maja odbędzie się spotkanie z psycholożką Małgorzatą Ohme.

Posnania TALKS, czyli projekt, w którym rozmawiamy na ważne tematy w swobodnej atmosferze. Do tej pory odbyły się spotkania online z psycholożką Magdaleną Chorzewską oraz warsztaty na żywo dla rodziców nastolatków. Tym razem, porozmawiamy o self-love.

### Sztuka kochania siebie

W codziennym życiu często zapominamy, że podstawą szczęśliwego życia jest miłość do samego siebie. To właśnie od "ukochania i pokochania" siebie zaczyna się sztuka dobrego życia. Podczas sobotnich warsztatów Małgorzata Ohme podzieli się z uczestnikami praktycznymi poradami oraz wiedzą, jak poprzez małe, ale znaczące zmiany, możemy poprawić naszą jakość życia i poczuć spokój.

*Cieszymy się, że projekt Posnania TALKS spotyka się z tak dużym zainteresowaniem. To wyjątkowe wydarzenie to nie tylko okazja do zdobycia nowej wiedzy, ale także możliwość uczestniczenia w inspirującym wykładzie, podczas którego padną odpowiedzi na ważne dla nas, życiowe pytania. Z przyjemnością zapraszamy na kolejne spotkanie w najbliższą sobotę. – mówi Agnieszka Juskis, dyrektorka marketingu Posnania.*

Udział w warsztatach jest bezpłatny. Obowiązują zapisy przez formularz: <https://posnania.eu/wydarzenia/selflove-spotkanie-z-malgorzata-ohme/>  
Liczba miejsc jest ograniczona, decyduje kolejność zgłoszeń.

Szczegóły na [posnania.eu](https://posnania.eu)

## Kontakt dla mediów:

**Martyna Walczak**

Rzeczniczka Prasowa Poznania

tel. 515 794 125

email: [pr@cheersstories.pl](mailto:pr@cheersstories.pl)

**APSYS** jest jednym z wiodących operatorów branży nieruchomości komercyjnych w Polsce i we Francji. Spółka realizuje działania w segmencie nieruchomości handlowych, projektach mixed-use, inwestycjach mieszkaniowych oraz w obszarze zarządzania powierzchniami biurowymi. Firma powstała w 1996 roku i działa jako inwestor, deweloper, agent ds. najmu, menadżer projektu oraz zarządca nieruchomości.

Apsys zawsze był firmą z wizją i ambicjami, by realizować unikalne projekty, tworzyć miejsca ikoniczne, znaczące, na stałe wpisujące się w tkankę miejską. Począwszy od 2022 r. w swojej działalności spółka kieruje się hasłem “Razem, inne miasto jest możliwe”. Apsys chce jeszcze mocniej i odpowiedzialniej wykorzystywać potencjał miast, wpływać na ich przemiany uwzględniając potrzeby środowiskowe, pobudzać rozwój społeczny i ekonomiczny, a ponadto wspólnie, w oparciu o dialog z interesariuszami, tworzyć komfortowe otoczenie dla ludzi.

Celem strategicznym firmy jest zmiana miast na lepsze i tworzenie wyjątkowych miejsc, dzięki którym życie wszystkich staje się piękniejsze.

Dzięki wieloletniemu doświadczeniu i specjalistycznej wiedzy wszystkie działania, niezależnie od wielkości i lokalizacji poszczególnych nieruchomości, są dopasowane do potrzeb klienta. Do największych inwestycji firmy należą Manufaktura w Łodzi oraz Posnania w Poznaniu. APSYS Polska zarządza obecnie ponad 1 000 000 mkw. GLA w 19 obiektach handlowych zlokalizowanych w 15 największych miastach w kraju. Apsys prowadzi także inwestycję mieszkaniową - Solea Mieszkania przy Wyścigach na warszawskim Mokotowie.