

Ogłoszenie - grupa wsparcia

Wpisany przez Anna Ciesielska
wtorek, 04 lutego 2014 11:54 -

Szukanie pomocy nie jest słabością.

Jeśli czujesz się krzywdzona przez bliskie Ci osoby, a chcesz zmienić tą sytuację i poczuć się bezpiecznie, poznać osoby z podobnymi doświadczeniami, przyjdź na **grupę wsparcia** organizowaną przez Zespół Ośrodków Wsparcia w Mławie.

W grupie masz szansę:

- ✓ poznać swoje prawa
- ✓ wypowiedzieć swoje opinie
- ✓ posłuchać, jak inni radzą sobie z trudnościami
- ✓ nauczyć się rozpoznawać i nazywać emocje
- ✓ nabyć umiejętność otwartego i jasnego komunikowania się
- ✓ poznać siebie i odzyskać wiarę we własne siły
- ✓ zdobyć bezpłatną pomoc psychologiczną i poradę prawną

Spotkania mają charakter anonimowy i bezpłatny.
Czekamy na zgłoszenia do 28.02.2014 r.

Więcej informacji uzyskają Państwo
w Zespole Ośrodków Wsparcia w Mławie
przy ul. Słowackiego 18,
pod nr tel. 23 654 52 29.

Ogłoszenie - grupa wsparcia

Wpisany przez Anna Ciesielska
wtorek, 04 lutego 2014 11:54 -
