

# GRUPA WSPARCIA DLA OSÓB DOZNAJĄCYCH PRZEMOCY DOMOWEJ

- ✓ **zapewni Ci poczucie bezpieczeństwa akceptacji i zrozumienia**
- ✓ **pozwoi na wzbudzenie w sobie motywacji do podjęcia działań prowadzących do rozwiązania problemu**
- ✓ **zaspokoi potrzebę przynależności poprzez nawiązanie relacji w grupie**
- ✓ **umożliwi dzielenie się doświadczeniem i wzajemną pomocą w przezwyciężaniu trudności**
- ✓ **umożliwi zdobycie wiedzy na temat zjawiska przemocy i jego mechanizmów**

**Zapisy pod numerem:**

**18 3337912**

**Spotkania w ostatnią**

**środę miesiąca**

- ✓ **pozwoi na redukcję napięcia poznanie sposobów radzenia sobie ze stresem oraz negatywnymi emocjami**
- ✓ **umożliwi naukę zachowań asertywnych i komunikowania swoich potrzeb.**

**Sala konferencyjna 204  
budynek B Starostwa  
Powiatowego w Limanowej**