

Fundacja

Pomocownia zaprasza do udziału w kameralnej grupie wsparcia (online - Teams) dla osób identyfikujących się jako DDA i/lub DDD. 40 godzin intensywnej pracy grupowej będzie się skupiać na wspólnym szukaniu rozwiązań, a nie na wizualizacji problemów.

Uczestnicy grupy zostaną wyposażeni w narzędzia do:

- konstruktywnego radzenia sobie z emocjami;
- efektywnego komunikowania się;
- budowania relacji opartych na autentycznej bliskości;
- planowania swojego życia i egzekwowania tych planów.

Spotkania ruszają 12 czerwca 2023, a zakończą się 25 września 2023. Grupa będzie się spotykać online w poniedziałki w godz. 18.00 - 21.00.

Przewidziana jest także przerwa wakacyjna od 31 lipca br. do 20 sierpnia br.

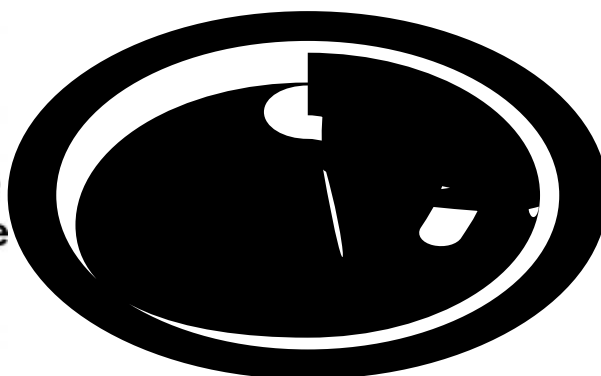
ZGŁOSZENIA email: pomoc.zapisy@gmail.com

Kwalifikacja do grupy jest poprzedzona jest osobistą konsultacją w siedzibie Fundacji Pomocownia, Warszawa ul Staszica 7/9, wejście od ulicy.

Udział w projekcie jest nieodpłatny, finansowany ze środków m. st. Warszawa.



projekt finansuje
miasto stołeczne
Warszawa



Oprac. na podstawie informacji organizatora.