

Grupa wsparcia dla kobiet Masz tę MOC!



projekt finansuje
dzielnica
Wola

Masz tę moc!



Grupa wsparcia dla kobiet



Zapraszamy do udziału w bezpłatnej grupie wsparcia z elementami pracy z ciałem i ruchem!

Zgłoszenia przyjmuje pod numerem telefonu 536 830 613 lub email: grupy@ef.org.pl

Zadanie publiczne finansowane jest ze środków Dzielnicy Wola m.st. Warszawy

Serdecznie zapraszamy Panie zamieszkałe w dzielnicy Wola m.st. Warszawy do udziału w bezpłatnej:

Grupie wsparcia dla kobiet z doświadczeniem przemocy i/lub zagrożonych doświadczeniem przemocy.

jeśli:

- jesteś zagrożona doświadczeniem przemocy (psychicznej, fizycznej, seksualnej, ekonomicznej bądź innej)
- masz za sobą doświadczenia związane z przemocą
- jesteś mieszkanką dzielnicy Wola
- potrzebujesz wsparcia psychologicznego w tym co przeżywasz i doświadczasz
- ukończyłaś 18 rok życia

Zapraszamy Cię do udziału w bezpłatnej grupie wsparcia dla kobiet z doświadczeniem przemocy i/lub zagrożonych doświadczeniem przemocy.

Grupa wsparcia z elementami pracy z ciałem i ruchem będzie prowadzona przez dwie doświadczone psychoterapeutki.

Spotkania grupy odbywać się będą od kwietnia do grudnia 2023 r. w poniedziałki w godz. 19.00-21.00

Na grupie będziemy pracować m.in. nad:

- wzajemnym wspieraniem się emocjonalnym
- wzajemną wymianą doświadczeń
- zwiększeniem poczucia własnej wartości
- przywróceniem poczucia sprawczości
- umiejętnościami mówienia „nie”
- stawianiem granic
- rozpoznawaniem i nazywaniem emocji

Zgłoszenia przyjmujemy pod numerem telefonu 536 830 613, lub email: grupy@ef.org.pl

Zajęcia będą odbywały się w siedzibie organizatora Fundacji eKropka ul. Ożarowska 61 lok. U4, Warszawa (w sąsiedztwie sklepu spożywczego Top Market)

W ramach projektu w okresie 01.03.2023 – 21.12.2023 przeprowadzimy:

- 30 konsultacji kwalifikacyjnych do projektu
- 32 dwugodzinne (2h edukacyjne) spotkania grupy wsparcia
- 15 pięćdziesięciominutowych konsultacji psych./interwencji kryzysowych dla uczestniczek projektu

„Zadanie publiczne sfinansowano ze środków Miasta stołecznego Warszawy, w ramach Umowy o realizację zadania publicznego nr WOL/WSZ/PU-B/VI/1/6/10-28-2023-361 zawartej dnia 24.02.2023”



**projekt finansuje
dzielnica
Wola**