**DROGA**

Spotkanie grupy wsparcia dla osób, które doznają lub doznawały przemocy.

**5.09.2023 r. - godz. 17:00**

Tarnowski Ośrodek

Interwencji Kryzysowej

i Wsparcia Osób Doświadczających Przemocy Domowej

ul. Szarych Szeregów 1

33 -101 Tarnów

tel. 14 655 36 36

500583047

mail: toikiwop@oik.tarnow.pl

Zapraszamy!

Spotkania są poufne, bez konieczności wcześniejszego zapisu

**Jeśli doznawałaś/ doznawałeś lub doznajesz przemocy …po prostu przyjdź…**

**Grupa wsparcia ma charakter otwarty…**

**Spotykamy się raz w miesiącu, we wtorki od godziny 17:00**

**Spotkania są bezpłatne, bez rejonizacji….**

**Celem spotkań jest m.in.:**

 droga PoGodność

wzrost poczucia własnej wartości, poczucia siły i sprawstwa

przezwyciężanie poczucia wstydu, poczucia winy

dzielenie się doświadczeniami

wsparcie emocjonalne

zdobycie wiedzy dotyczącej zjawiska przemoc

budowanie siły, nadziei w lepsze jutro

wzrost poczucia motywacji do działań mających na celu rozwiązania trudności

poszukiwanie wspólnie rozwiązań