**DROGA**

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

**03.10.2023 r. - godz. 17:00**

 Tarnowski Ośrodek Interwencji Kryzysowej i Wsparcia Osób Doznających 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, bez rejonizacji

**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….**

**Tarnów, ul. Szarych Szeregów 1**

**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**

