#JestOK

TWORZYMY MIEJSCE, KTÓREGO

SAME POTRZEBOWAŁYŚMY

Dla kogo?

Grupa #JestOK kierowana jest do młodzieży w wieku 13-17 lat, która

szuka bezpiecznego miejsca do rozmowy, w którym będzie wysłuchana i

zrozumiana - gdzie po prostu może być sobą! To przestrzeń tworzona

wspólnie - z empatią, szacunkiem i otwartością na różne doświadczenia.

Po co?

Grupa jest miejscem, gdzie możesz nie tylko opowiedzieć o tym, co

trudne, ale też rozwijać to, co w Tobie silne, ciekawe i wyjątkowe - we

własnym tempie, z ludźmi, którzy naprawdę słuchają.

W grupie #JestOK:

Podczas spotkań szczerze rozmawiamy o emocjach i zdrowiu psychicznym.

Budujemy pewność siebie, uczymy się tworzyć zdrowe relacje i wspieramy

się wzajemnie w trudnych chwilach. Mówimy #STOP przemocy

rówieśniczej. Pokazujemy, że każde ciało, każde doświadczenie i każda

historia zasługują na szacunek i akceptację. Wierzmy, że rozmowa daje

siłę, a wspólnota budzi nadzieję.

Gdzie i kiedy?

Tarnowski Ośrodek Interwencji Kryzysowej i Wsparcia Osób

Doznających Przemocy Domowej, ul. Szarych Szeregów 1, Tarnów

Spotkania zaczynamy w drugiej połowie sierpnia - terminy wkrótce!

Zapisy i info:

osobiście lub tel. (14) 655 36 36 | 500 583 047