



Grupa wsparcia dla osób doświadczających przemocy „Znajdź w sobie siłę”

Na prośbę OIK w Radocy zamieszczamy informację o działającej – Grupie wsparcia dla osób doświadczających przemocy „Znajdź w sobie siłę”

Z myślą o kobietach, które doświadczają przemocy Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Radocy zapewnia specjalistyczne wsparcie w postaci uczestnictwa w grupie wsparcia. Nieprzemijający lęk, brak wiary we własne możliwości, poczucie nieumiejętności poradzenia sobie z sytuacją, samotność w problemie- to tylko kilka problemów, z którymi borykają się osoby doświadczające przemocy.

Cele spotkań:

- Odbudowanie poczucia własnej wartości
- Psychoedukacja na temat funkcjonowania osób stosujących przemoc, mechanizmów przemocy i możliwych do uzyskania form pomocy
- Wsparcie w dążeniu do odzyskania poczucia kontroli nad swoim życiem
- Nauka sposobów radzenia sobie ze stresem i napięciem
- Zbudowanie społeczności kobiet, które wzajemnie obdarzą się wsparciem i zrozumieniem

Więcej szczegółów dotyczących spotkań można uzyskać pod numerem telefonu 33 873 10 01 z osobami prowadzącymi grupę tj: mgr Julią Bańdo oraz mgr Dominiką Hrapkowicz.

Do grupy wsparcia można dołączyć w każdym momencie jej trwania.

Zapraszamy serdecznie osoby zainteresowane.

[plakat grupa wsparcia dla kobiet 2023](#)