



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej

26 kwietnia 2017r.- spotkanie grupy wsparcia dla osób doznających przemocy w rodzinie

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej zaprasza na czwarte w tym roku spotkanie grupy wsparcia dla osób doznających przemocy w rodzinie, które odbędzie się w dniu 26 kwietnia 2017r. o godzinie 15:30 w sali konferencyjnej 204 budynku B Starostwa Powiatowego w Limanowej.

W spotkaniu wezmą udział funkcjonariusze Komendy Powiatowej Policji w Limanowej. Uczestnikom grupy przypominamy o zbliżającym się terminie spotkania.

Zachęcamy osoby doświadczające przemocy lub będące jej świadkami do udziału w grupie wsparcia.

Warto uczestniczyć w spotkaniu, ponieważ:

- zapewnia ono poczucie bezpieczeństwa, akceptacji i zrozumienia,
- pozwala na wzbudzenie w sobie motywacji do podjęcia działań prowadzących do rozwiązania problemu,
- zaspokaja potrzebę przynależności poprzez nawiązanie relacji w grupie,
- umożliwia dzielenie się doświadczeniem i wzajemną pomoc w przezwyciężaniu trudności,
- umożliwia zdobycie wiedzy na temat zjawiska przemocy i jego mechanizmów,
- pozwala na redukcję napięcia i naukę sposobów radzenia sobie ze stresem oraz negatywnymi emocjami,
- umożliwia naukę zachowań asertywnych i komunikowania swoich potrzeb.

Nowe osoby, które chciałyby dołączyć do grupy wsparcia zachęcamy do udziału w spotkaniu. Niech udział w nim będzie pierwszym krokiem w dążeniu do zmiany swojego życia i poprawy funkcjonowania.

Grupa wsparcia ma charakter otwarty. Oznacza to, iż w każdej chwili można do niej dołączyć.

Serdecznie zapraszamy!

Więcej informacji o prowadzonej działalności można zdobyć dzwoniąc pod numer **(18) 3337 912**. Informacji udziela Pani **Małgorzata Frączek**.