

5. Cykl warsztatów umożliwiających zdobywanie praktycznych umiejętności potrzebnych do życia bez alkoholu i narkotyków – dla osób uzależnionych od alkoholu i środków psychoaktywnych

Podstawowym zadaniem warsztatów jest zdobywanie praktycznych umiejętności potrzebnych do życia bez alkoholu oraz poprawa jakości życia uczestników.

Warsztaty przeznaczone są dla osób uzależnionych od alkoholu i środków psychoaktywnych, które ukończyły podstawowy program terapii w zakresie uzależnień i korzystają z zajęć poświęconych zapobieganiu nawrotom oraz utrzymują stabilną abstynencję (od co najmniej roku). Grupa będzie miała charakter koedukacyjny i zamknięty.

Tematy spotkań:

- Trening Asertywnych Zachowań Abstynenckich – 3 spotkania
- Rozwój osobisty – 6 spotkań
- Trening umiejętności konstruktywnych – 3 spotkania

Forma pracy:

- wykłady;
- dyskusja;
- treningi;
- praca z tekstem;
- psychorysunek;
- wizualizacja.

Zajęcia prowadzi Pani Danuta Bałkowiec – certyfikowany instruktor terapii uzależnień.

ZAJĘCIA ODBYWAJĄ SIĘ:

18 i 19 stycznia
15 i 16 lutego
21 i 22 marca
18 i 19 kwietnia
16 i 17 maja
20 i 21 czerwca
18 i 19 lipca
15 i 16 sierpnia
19 i 20 września
17 i 18 października
21 i 22 listopada
19 i 20 grudnia 2020 roku

w sobotę 9.00 – 17.00 i w niedzielę 9.00 – 16.00