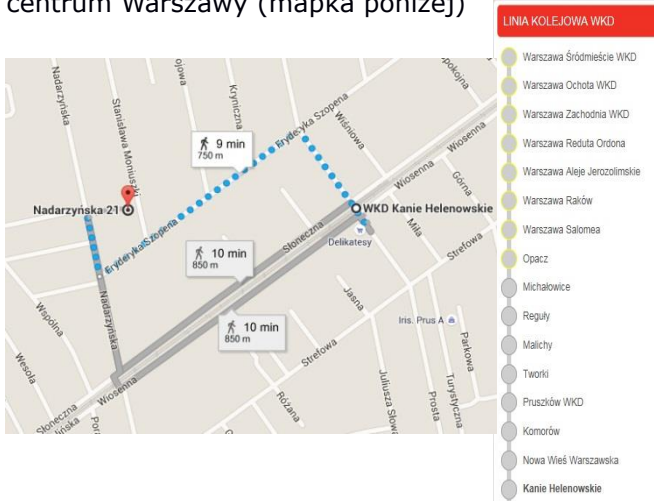


## Ośrodek Rekolekcyjny im. św. Jana Pawła II Kanie, ul. Nadarzyńska 21, 05-805 Otrębusy



[www.kanie-jp2.pl](http://www.kanie-jp2.pl)

Ośrodek mieści się kilka minut piechotą od stacji kolejki WKD Kanie Helenowskie, pół godziny od centrum Warszawy (mapka poniżej)



### Dojazd:

POŁĄCZENIE KOLEJOWE WKD 15 przystanków, 34 min

Z dworca WARSZAWA CENTRALNA przechodzimy tunelami do stacji Warszawa Śródmieście WKD

Szczegółowy rozkład jazdy: [www.wkd.com.pl](http://www.wkd.com.pl)

Anonimowi Uzależnieni od Seksu i Miłości są wspólnotą opartą na pionierskim modelu AA programie 12 Kroków i 12 Tradycji. Nie jesteśmy związani z żadną organizacją, ruchem czy światopoglądem - ani religijnym, ani świeckim. Łączy nas jeden cel: chcemy razem rozwiązywać problem naszych seksualnych i emocjonalnych zachowań.

**W SLAA nie szukamy partnera, partnerki ani kontaktów seksualnych. Spotykamy się we wspólnym celu zdrowienia z uzależnienia od seksu i miłości.**

W SLAA uważamy, że uzależnienie od seksu i miłości jest postępującą chorobą, której nie można wyleczyć, ale większość jej dolegliwości może być zatrzymana. Choroba może przybierać różne formy. Jedni z nas cierpią z powodu kompulsywnej potrzeby seksu, inni desperacko przywiązują się do jednej osoby, jeszcze inni chronicznie popadają w romanse, intrygi i fantazje. Uzależnienie od seksu i miłości może także przybierać formę kompulsywnego unikania życia towarzyskiego, seksualnego bądź uczuciowego. To unikanie określane jest przez nas jako anoreksja. W SLAA uczymy się akceptować rzeczywistość naszego uzależnienia. Przechodzimy odstawienie. Dzięki temu dalszy postęp choroby zostaje zatrzymany. Poznajemy i uczymy się nowego, trzeźwego życia. Naprawiamy zawiąlane stosunki z otoczeniem. Zaczynamy budować relacje z ludźmi oparte na przejrzystych i jasnych zasadach. Odzyskujemy godność osobistą i umiejętność dokonywania wolnych wyborów. Odbudowujemy wszystkie obszary życia, które ucierpiały w wyniku choroby, przede wszystkim sfery: mentalną, emocjonalną i duchową, ale również stronę fizyczną i materialną.

[www.slaa.pl](http://www.slaa.pl)



## WARSZTATY 12 KROKOWE SLAA

### KANIE HELENOWSKIE

### koło WARSZAWY

**2 – 4 listopada 2018**

*Uwaga!*

*Wszystkie mityngi i zajęcia warsztatowe są spotkaniami **zamkniętymi**, dostępne tylko i wyłącznie dla członków wspólnoty SLAA.*

### SERDECZNIE ZAPRASZAMY

Zgłoszenia do 21.10.2018 na adres:

[warsztatywarszawa@slaa.pl](mailto:warsztatywarszawa@slaa.pl)

Po otrzymaniu zgłoszenia zostanie wysłany nr konta do wpłaty zaliczki w wysokości 50 zł.

## PLAN WARSZTATÓW

### **PIĄTEK**

15:55-17:00 Warsztaty artystyczne

Wyrażanie swoich emocji w pracy artystycznej poprzez taniec.

16.00-17.30 **Zakwaterowanie i Rejestracja**

17.30-18.00 **Kolacja**

18.30-20.00 **Mityng rozpoczynający**

Dlaczego potrzebuję ogłosić bezsilność w radzeniu sobie samemu?

Jakie korzyści odnoszę w pracy grupowej?

20.30-22.00 **Mityng wieczorny SPIKERSKI**

Moja historia zdrowienia w SLAA.

Jak program pomógł mi zaopiekować się sobą?

### **SOBOTA**

7.00-7.30 **Medytacja i modlitwa**

Powierzenie swojej bezsilności Sile Wyższej.

7.30-7.55 **Gimnastyka** (wspólna na powietrzu)

8.00-8.30 **Śniadanie**

9.00-11.00 **Warsztaty cz. I**

Praca w grupach 3-4 osobowych

A. Wzorce

B. Granice

C. Kroki

D. Anoreksja

11.15-12.45 **Warsztaty cz. II**

13.00-13.30 **Obiad**

13.30-14.30 **SIESTA**

14.30-16.00 **Warsztaty cz. III**

16.15-17.45 **Warsztaty cz. IV**

Praca w grupach 3-4 osobowych

18.00-19:00 **Warsztaty bliskości**

**kobiety** (Sala A)

**mężczyźni** (Sala B)

19:00-21:00 **Kolacja**

**i „Wieczór talentów”**

21.15-22.30 **Mityng wieczorny SPIKERSKI**

Obietnica 2.

Jak dzięki programowi pojawiła się gotowość na ryzyko odstonięcia i zranienia?

### **NIEDZIELA**

7.00-7.45 **Medytacja i modlitwa**

Moja wdzięczność za dar życia.

7.30-7.55 **Gimnastyka** (wspólna na powietrzu)

8.00-8.30 **Śniadanie**

9:00-11.00 **Warsztaty cz. V**

Praca w grupach 3-4 osobowych

11.15-12.45 **Mityng zakończenia**

Co oznacza dla mnie koniec?

13.00-13.30 **Obiad**

14:15-16:15 **Warsztaty artystyczne**

Wyrażanie swoich emocji w pracy artystycznej poprzez malowanie.

## KOSZTY

Udział w całym programie warsztatów **140zł** w tym:

- 2 noclegi i wyżywienie od kolacji w piątek do obiadu w niedzielę **120zł/os.**
- pościel **10 zł/os.**
- akredytacja **10zł/os.** (materiały warsztatowe)

Jest możliwość wegetariańskiego, wegańskiego wyżywienia po wcześniejszym zgłoszeniu.

Koszt posiłków liczonych pojedynczo:

Śniadanie/Obiad/Kolacja - 8/16/8 zł

Jeżeli ktoś chce korzystać tylko z noclegów i żywić się we własnym zakresie (koszt 2 noclegów) - 60 zł. Istnieje możliwość przyjechania dzień wcześniej i wyjazdu dzień później. Prosimy w tej sprawie o wcześniejsze zgłoszenie.

Na miejscu jak zwykle wykwinna kawa z ekspresu. Można oczywiście zabrać swój ulubiony kubek i łyżeczkę. Po każdym posiłku prosba o pomoc przy zmywaniu naczyń (dyżury).

## KONTAKT

Kontakt do organizatorów:

Warsztaty 12 krokowe SLAA w Warszawie

**tel. 790-474-396** (Radek)

Prośba o potwierdzenie uczestnictwa do

**21 października 2018 na maila:**

[warsztatywarszawa@slaa.pl](mailto:warsztatywarszawa@slaa.pl)

Po otrzymaniu zgłoszenia zostanie wysłany nr konta do wpłaty zaliczki w wysokości 50 zł.