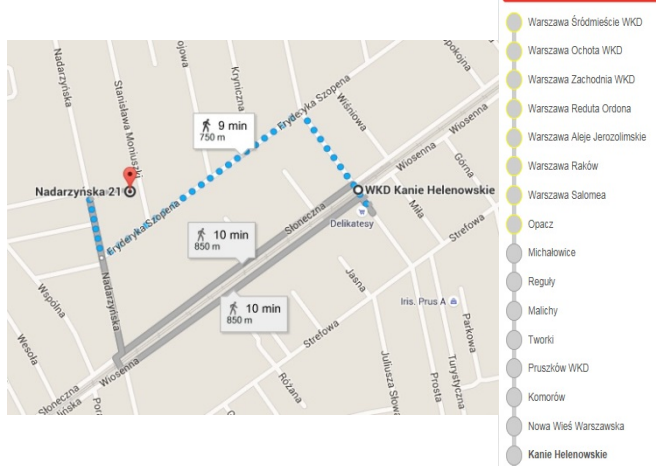


**Ośrodek Rekolekcyjny im. św. Jana Pawła II**  
Kanie, ul. Nadarzyńska 21, 05-805 Otrębusy  
[www.kanie-jp2.pl](http://www.kanie-jp2.pl)



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)

Koszt biletu normalnego jednorazowego **4,80 zł**

**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)

Ogólnopolski telefon służb informacyjnych S.L.A.A.

**502 815 430**

(środy i niedziele w godzinach 19:00 - 20:00)



## WARSZTATY 12 KROKOWE SLAA

### KANIE HELENOWSKIE koło WARSZAWY 22 — 24 czerwca 2018

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

### SERDECZNIE ZAPRASZAMY

Zgłoszenia do 14.06.2018 na adres:

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

po otrzymaniu zgłoszenia zostanie wysłany nr konta do wpłaty zaliczki 50 zł

## PLAN WARSZTATÓW

### PIĄTEK

#### 14.00-17.00 Warsztaty artystyczne

Jak mogę wyrażać siebie w tańcu, śpiewie  
czy malowaniu?

#### 14.00-18.00 Zakwaterowanie - Rejestracja

#### 18.00-18.30 Kolacja

#### 19.00-20.30 Mityng rozpoczynający

Czy umiem zadbać o swoje potrzeby?  
Jakie mam mechanizmy obronne przed  
zaopiekowaniem się sobą?

#### 20.45-22.15 Mityng WIECZORNY SPIKERSKI

Lęk i wstyd jako podłoże mojej choroby.  
Jak w zdrowy sposób program pomógł mi  
odnaleźć prawdziwą siebie?

### SOBOTA

#### 7.00-7.30 Medytacja i modlitwa

Okazywanie akceptacji i miłości  
poprzez naśladowanie mojej S.W.

#### 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

**przy ognisku**  
**„Wieczór talentów”**

#### 21.15-22.30 Mityng WIECZORNY SPIKERSKI

Obietnica 1.: Jak dzięki programowi od-  
zyskałem kontrolę nad swoim życiem?

### NIEDZIELA

#### 7.00-7.45 Medytacja i modlitwa

Moja wdzięczność za poczucie godności  
i szacunku do siebie.

#### 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

Jak wrócić do normalnego życia?  
Z czym kończę warsztaty?

#### 13.00-13.30 Obiad

#### 14:00-15:30 Warsztat dla wytrwałych

Obietnica 3.: Dzięki czemu samotność  
osłabnie i polubię bycie w pojedynkę?  
Jakie procesy we mnie zachodzą?

## 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 tańszego noclegu w namiocie lub na karimacie - 10 zł za dobę/osoba. Istnieje możliwość przyjechania dzień wcześniej i wyjazdu dzień później. Prosimy w tej sprawie o wcześniejsze zgłoszenie.

Na miejscu jak zwykle wykwintna kawa z ekspresu. Można oczywiście zabrać swój ulubiony kubek i łyżeczkę. Po każdym posiłku prośba 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

**14 czerwca 2018 na maila:**

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

Potwierdzeniem zgłoszenia jest wpłata zaliczki 50 zł.