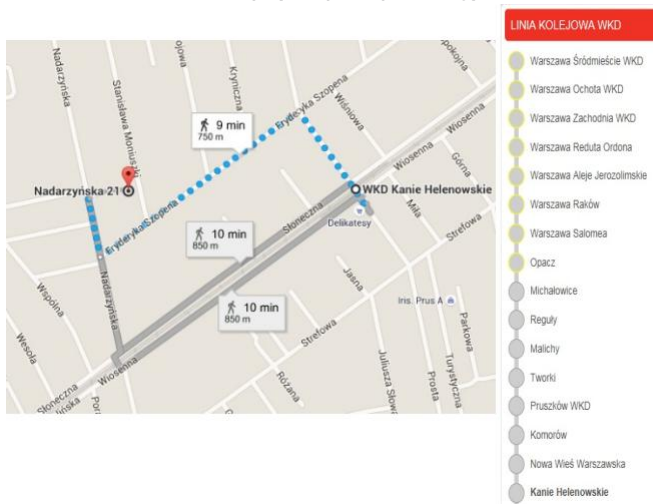


Ośrodek Rekolekcyjny im. św. Jana Pawła II
Kanie Helenowskie, ul. Nadarzyńska 21
www.kanie-jp2.pl



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

Anonimowi Uzależnieni od Seksu i Miłości (SLAA) są Wspólnotą opartą na modelu, zastosowanym po raz pierwszy przez Anonimowych Alkoholików - programie Dwunastu Kroków i Dwunastu Tradycji. Nie jesteśmy powiązani z żadnymi innymi organizacjami, ruchami lub ideami - ani religijnymi, ani świeckimi. Łączy nas natomiast wspólny cel: radzenie sobie z naszymi seksualnymi i uczuciowymi, nałogowymi zachowaniami. Odnajdujemy wspólne cechy w naszych obsesyjnych i kompulsywnych schematach, niezależnie od osobistych różnic w orientacji seksualnej lub tożsamości płciowej.

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 jak większość chorób może ono być zatrzymane. Choroba może przybierać różne formy. Niektórzy z nas cierpią na kompulsywną potrzebę seksu, inni desperacko przywiązują się do jednej osoby (lub wielu), 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 intymności określane jest przez nas anoreksją.

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 zawiąłane 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



WARSZTATY 12 KROKOWE SLAA

**KANIE HELENOWSKIE
koło WARSZAWY**

16 – 18 września 2022

SERDECZNIE ZAPRASZAMY

Zgłoszenia przyjmujemy do
9.09.2022 r.

[link do rejestracji](#)

Uwaga!

*Wszystkie mityngi i zajęcia warsztatowe to spotkania **zamknięte**, dostępne tylko i wyłącznie dla członków Wspólnoty SLAA.*

PLAN WARSZTATÓW

PIATEK

14.00 - 17.30 **Rejestracja i zakwaterowanie**

14.00 - 19.00 **Pogaduchy**

Przytul moją duszę

17.30 - 18.45 **Warsztaty**

Pogotowie Empatyczne – jak słuchać i być słyszany.

19.00 - 19.30 **Kolacja**

20.00 - 21.30 **Mityng rozpoczęcia**

Co ja tutaj robię?

22.00 - 23.30 **Mityng wieczorny SPIKERSKI**

Moja historia zdrowienia w SLAA. Jak znalazłem radość życia?

SOBOTA

7.00 - 7.45 **Warsztaty oddechowe**

Wyoddychaj swój dzień

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

8.00 - 8.30 **Śniadanie**

9.30 - 11.00 **Warsztaty cz. I** spotkanie w kręgu

11.15 - 12.45 **Warsztaty cz. II**

Praca w grupach 3-4 osobowych

A. Wzorce

B. Granice

C. Kroki

D. Anoreksja

13.00 - 14.00 **Obiad**

13.30 - 14.30 **SIESTA**

14.30 - 16.00 **Warsztaty cz. III**

16.15 - 16.30 **Pogotowie Empatyczne**

- w praktyce

16.45 - 18.15 **Warsztaty cz. IV**

18.30 - 19.00 **Kolacja**

19.30 - 21.00 **Mini Warsztat Bliskości**

Jak daję sobie to czego naprawdę potrzebuję?

kobiety (Sala A)

mężczyźni (Sala B)

21.15 - 22.30 **Mityng wieczorny**

Związek czy może samotne życie?

22.45 - 00.00 **Mityng nocny**

Moja toksyczna relacja - czego mnie ona nauczyła?

NIEDZIELA

7.00 - 7.45 **Wyoddychaj swój dzień** cd.

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

8.00 - 8.30 **Śniadanie**

9.00 - 10.45 **Warsztaty cz. V**

Praca w grupach 3-4 osobowych

11.00 - 12.30 **Warsztat dla ciekawych**

5 języków miłości

11.00 - 12.30 **Warsztat dla uważnych**

Moje ciało czuje - jak odczuwam emocje?

13.00 - 13.30 **Obiad**

14.00 - 15.30 **Mityng zakończenia**

Z czym wyjeżdżam...

KOSZTY

Udział w całym programie warsztatów to **225 PLN** w tym:

-2 noclegi (80 PLN) + pościel (10 PLN/os.) (można wziąć swój śpiwór),
-wyżywienie od kolacji w piątek do obiadu w niedzielę (110 PLN/os.),
-akredytacja (25 PLN/os.) (kawa, herbata, materiały warsztatowe).

Istnieje możliwość przyjechania dzień wcześniej i wyjazdu dzień później.
Istnieje możliwość spania na własnej karimacie w oratorium – 15 PLN za noc/os.

Posiłki wegetariańskie/bez laktozy/bez glutenu należy zamówić przy rejestracji.

Koszt posiłków liczonych pojedynczo: śniadanie/obiad/kolacja – 15/25/15 PLN

Zabierz ze sobą coś czym można kogoś obdarować, a także kubek na przerwy kawowe.

Po każdym posiłku prośba o pomoc przy zmywaniu naczyń (dyżury wg zgłoszeń przy rejestracji).

KONTAKT

Warsztaty SLAA

warsztaty@slaa.pl

Zgłoszenia najpóźniej do **9 września 2022 r.**

[Link do rejestracji](#)

Po otrzymaniu zgłoszenia zostanie wysłany nr konta do wpłaty zadatku w wysokości **100 PLN.**

ILUŚĆ MIEJSC NOCLEGOWYCH OGRANICZONA

DECYDUJE KOLEJNOŚĆ WPŁAT ZADATKU