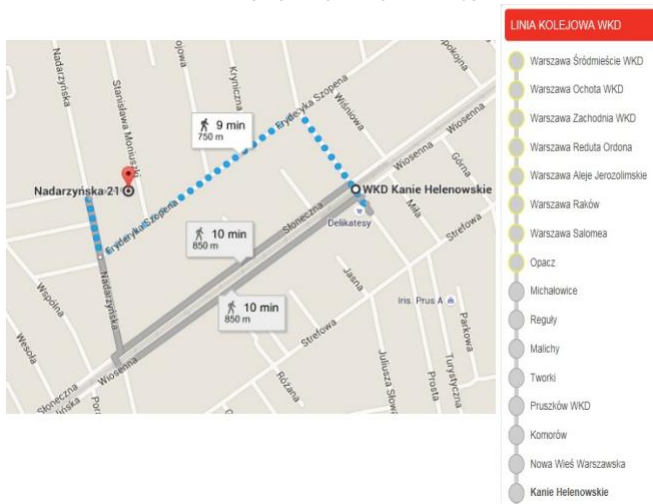


Ośrodek Rekolekcyjny im. św. Jana Pawła II
Kanie Helenowskie, ul. Nadarzyńska 21
www.kanie-jp2.pl



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



Dojazd:

UWAGA! POŁĄCZENIE KOLEJOWE rusza z przystanku **Warszawa Aleje Jerozolimskie** (okolice CH Reduta i BlueCity. WKD (11 przystanków, 25 min).

Z Warszawy Centralnej można tam dojechać autobusami linii 517 i 127.

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**

14.06. – 16.06.2024 r.

SERDECZNIE ZAPRASZAMY

[link do rejestracji](#)

Uwaga!

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

PLAN WARSZTATÓW

PIĄTEK

16.30 - 17.30 **Rejestracja i zakwaterowanie**

16.30 - 17.00 **Akcja – integracja** we własnym zakresie

17.15 – 18.45 **Mityng rozpoczęcia**

Co ja tutaj robię? + logistyka

19.00 - 19.30 **Kolacja**

20.00 - 21.30 **Mityng wieczorny SPIKERSKI**

„Moje emocje moja odpowiedzialność, czyli o nieobwinianiu nikogo ani niczego.”

21.45... **Warsztat** „Szukam emocji w sobie”

SOBOTA

7.15 - 7.55

gimnastyka/oddychanie/medytacja

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 i granice

B. Kroki

C. 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**

20.00 - 21.30 **Mini Warsztat Bliskości**
kobiety (Sala A)
mężczyźni (Sala B)

22.00 - 23.30 **Razem –wspólny czas**

NIEDZIELA

7.15 - 7.55

gimnastyka/oddychanie/medytacja

8.00 - 8.30 **Śniadanie**

9.00 - 10.45 **Warsztaty cz. V**

Praca w grupach 3-4 osobowych

11.00 - 12.30 **Warsztat emocjonalny**

13.00 - 13.30 **Obiad**

14.00 - 15.30 **Mityng zakończenia**

Z czym wyjeżdżam...

KOSZTY

Udział w całym programie warsztatów to **305 PLN** w tym:

-2 noclegi (120 PLN) + pościel (20 PLN/os.) (można wziąć swój śpiwór),

-wyżywienie od kolacji w piątek do obiadu w niedzielę (140 PLN/os.),

-akredytacja (25 PLN/os.) (kawa, herbata, przegryzki, materiały warsztatowe).

-akredytacja dla korzystających z mityngów i warsztatów w piątek i niedzielę 15 PLN/dzień

Istnieje możliwość przyjechania dzień wcześniej i wyjazdu dzień później.

Posiłki bez laktozy/bez glutenu należy zamówić mailem (zlot@slaa.pl)

Koszt posiłków liczonych pojedynczo: śniadanie/obiad/kolacja – 20/30/20 PLN

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

Po każdym posiłku pełnimy dyżury przy zmywaniu naczyń i przygotowaniu stołówD. do posiłków (wg zgłoszeń przy rejestracji).

KONTAKT

Zgłoszenia najpóźniej do **4.06.2024 r.**

Rezerwację miejsca gwarantuje wpłata zadatku

140 PLN do 7.06.2024 r.

warsztaty@slaa.pl