



Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v SR

Štúrova 6, 811 02 Bratislava

tel./fax: 02/63814968, zpmpvsr@zpmpvsr.sk

www.zpmpvsr.sk



SEBAOBHAJOVANIE

SEBAOBHAJOVANIE

TRÉNING K ZODPOVEDNOSTI

TRÉNING K ZODPOVEDNOSTI

Milé kamarátky a kamaráti,

chcete sa stretávať s rovesníkmi? Potrebujete sa poradiť a zažiť pocit, že sa o Vás niekto úprimne zaujíma?

Príďte medzi nás, pripravili sme pre Vás pravidelné **stretnutia sebaobhajcov**.

Budeme sa rozprávať o živote, o tom, čo Vás trápi a zaujíma. Pomôžeme Vám pri rozhodovaní v rozličných veciach.

Novinkou v tomto roku bude aj **Tréning k zodpovednosti**. Bude súčasťou stretnutí sebaobhajcov (dva krát mesačne). O čom bude?

V živote zažívame mnoho radostných chvíľ, no môže sa žiaľ prihodiť aj čosi neveselé. Kiež by sa dal vrátiť čas! To však nejde.

Na tréningu k zodpovednosti sa naučíte ako byť zodpovedný za to, čo urobíte.

Dozviete sa, čo je to škoda, ale aj čo urobiť, keď sa čosi stane.

Budeme hovoriť o mnohých zaujímavých veciach.

A trénovať praktické situácie zo života.

Skupinové stretnutia sa budú konať každý týždeň v priestoroch ZPMP v SR na Štúrovej ulici č. 6, (na prvom poschodí) v tieto dni:

UTOROK: 16:00 – 17:30 alebo STREDA: 16:00 – 17:30 Zaujali sme Vás?

Vyplňte priloženú návratku a pošlite ju alebo prineste do 9.9.2014 na adresu:

ZPMP v SR, Štúrova 6, 811 02 Bratislava. Dátum prvého stretnutia Vám oznámime prostredníctvom mailu alebo telefonicky.

Môžete napísať email na: luciatakacova@zpmpvsr.sk či volať na: 02/6381 4968.

Okrem toho Vám ponúkame aj **individuálne sociálne poradenstvo**. Môžete si dohodnúť samostatné stretnutie. Janka, Lucka, Iveta a Maroš sú odborníci, ktorí sú tu aj pre Vás.

Tešíme sa na Vás!

Kolektív z Republikovej centrály ZPMP v SR.



Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v SR

Štúrova 6, 811 02 Bratislava

tel./fax: 02/63814968, zpmpvsr@zpmpvsr.sk

www.zpmpvsr.sk



KLUB SENIOROV

Milé naše staršie kamarátky a kamaráti,

cítite sa občas osamelí? Radi by ste stretli nových ľudí a nemáte kde? Chcete stráviť príjemné popoludnie? Potom sme tu pre Vás!

Od 22. septembra začína fungovať **KLUB SENIOROV**, na ktorý vás srdečne pozývame.

Nájdete si miesto na rozhovor, radu v kruhu rovesníkov. Pripravili sme pre Vás pamäťové tréningy, rôzne hry, pohybové aktivity a veľa zaujímavých vecí.

Preto neváhajte a prídte medzi nás!

Vyšší vek neznamená, že máte sedieť doma za pecou.

Tí, ktorí máte 45 rokov a viac, ste vítaní!

Klubové stretnutia sa budú konať:

každý pondelok od 14:00 do 15:30

Prvé stretnutie bude **22.9.2014**.

Stretávať sa budeme v priestoroch ZPMP v SR na Štúrovej ulici č. 6, (na prvom poschodí).

Vyplňte priložený návratku a pošlite ju alebo prineste do 9.9.2014 na adresu:

ZPMP v SR, Štúrova 6, 811 02 Bratislava

Môžete napísať email na: jankaz@zpmpvsr.sk či volať na: 02/6381 4968.

Tešíme sa na Vás!

Kolektív z Republikovej centrály ZPMP v SR.





Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v SR

Štúrova 6, 811 02 Bratislava

tel./fax: 02/63814968, zpmpvsr@zpmpvsr.sk

www.zpmpvsr.sk



KLUB SEBAOBHAJCOV

Milé kamarátky a kamaráti,

prichádzame s novinkou - pripravili sme pre Vás **KLUB SEBAOBHAJCOV!**

Čo to znamená:

Tráviť voľný čas v kruhu kamarátov a robiť, čo Vás baví.

Napríklad rozprávať sa, hrať hry, spievať alebo aj tancovať.

Preto neváhajte a pridajte!

Prísť môže každý sebaobhajca od 16 rokov veku.



Chcete sa stať členom neformálneho klubu a príjemne sa cítiť?

Tak pridajte vo **ŠTVRTOK 2. 10. 2014 v čase 16:00 – 17:30**

Klubové stretnutia sa budú konať každý týždeň v priestoroch ZPMP v SR na Štúrovej ulici č. 6, (na prvom poschodí).

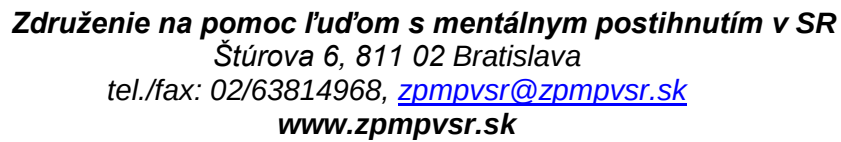
Vyplňte priložený návratku a pošlite ju alebo prineste do 9.9.2014 na adresu:

ZPMP v SR, Štúrova 6, 811 02 Bratislava

Môžete napísať email na: luciatakacova@zpmpvsr.sk či volať na: 02/6381 4968.

Tešíme sa na Vás!

Kolektív z Republikovej centrály ZPMP v SR.



.....

Tel. číslo, email na rodiča, kontaktnú osobu:.....

Dátum:..... **Záväzný podpis:**.....

Poznámka: na klubové stretnutia môžu účastníci chodiť podľa svojej chuti, nálady, potreby. Účasť je úplne dobrovoľná a kapacita je limitovaná len veľkosťou miestnosti. Stretnutie a tréning 2 sebaohajcovských skupín bude prebiehať štruktúrované. Každý druhý týždeň sa bude striedať obsah stretnutia. Jeden týždeň bude zameraný na sociálne vzťahy, poradenstvo, podporu, druhý na tréning zodpovednosti. V prípade otázok volajte na 02/6381 4968 alebo 0905 709 557.