

# Spotkania dla mieszkańców goszczących osoby uciekające przed wojną

Szanowni Państwo,

zapraszamy serdecznie do udziału w ?Pomorskich spotkaniach on-line dla mieszkańców goszczących osoby uciekające przed wojną? oraz do rozpropagowania informacji o tym cyklu wydarzeń na samorządowych stronach internetowych i w mediach społecznościowych. **Spotkania będą się odbywać raz w tygodniu, w czwartki na platformie zoom.** Mają pomóc w budowaniu jak najlepszych relacji między nowymi mieszkańcami naszego regionu i goszczącymi ich Pomorzanami. Organizuje je Urząd Marszałkowski Województwa Pomorskiego i Obszar Metropolitalny Gdańsk-Gdynia-Sopot. **Pierwsze spotkanie już 14 kwietnia.** Spotkania poprowadzi je doświadczona psycholożka, **Hanna Hakiel**, która od wielu lat pracuje w Niemczech z uchodźcami.

---

Oto niektóre z pytań, na które wspólnie poszukamy odpowiedzi:

- Czego potrzebujemy, by dbając o innych zatroszczyć się o siebie?
- Jak mądrze wspierać osoby w doświadczeniu traumatycznym?
- Jak rozpoznawać, stawiać i respektować granice w relacji?
- Jak oferować wsparcie, które wzmacnia sprawczość i nie prowadzi do zależności?
- Jak dookreślić swoją rolę i wspólnie z nowymi lokatorami tworzyć formalne i nieformalne kontrakty współmieszkania?
- Gdzie szukać pomocy, jak o nią prosić i jak rozszerzać sieć wsparcia?
- Jak nasze osobiste historie, motywacje i system wartości wpływają na nasze relacje, emocje i oczekiwania?

Spotkania będą się odbywać co czwartek na platformie zoom. Pierwsze - **14 kwietnia br.**

[LINK DO SPOTKANIA >>>](#)

[LINK DO WYDARZENIA NA FACEBOOKU >>>](#)