

# 2016

„Občas mě zachvátí vnitřní oheň a já se nedokážu ovládnout. Pak mě to ale štve. Přitom jsem jenom bránil svoje hodnoty. K tomu všemu mě popotahují úřady a já nevím, jaké mám možnosti...“

Všem, komu jsou popsané pocity známé, nabízíme

## Terapeutický program zvládnání **agrese**

### UMOŽNÍME VÁM

- Vypořádat se s pocity viny
- Zacházet s konfliktem
- Ochránit své hodnoty a nepoužít násilí
- Poznat, že na své potíže nejste sami
- Sdílet své zkušenosti

### OBRAŤTE SE NA NÁS

- Máte-li obavy, abyste neublížil
- Pokud nevíte, jak zvládat situace bez konfliktu
- Nechcete-li se (znovu) ocitnout ve vězení

Základem půlročního programu je kombinace skupinových a individuálních konzultací s možností trestně právního poradenství.

Hradec Králové: **Nomia z.ú., tř. E. Beneše 575, Hradec Králové**  
Praha: **Psychoterapeutické centrum Gaudia, Jeseniova 47, Praha 3**

V případě zájmu se obraťte na **Nomia z.ú.**, Mgr. Romana Zapadlová:  
**495 262 214, 606 824 104, tř. E. Beneše 575, Hradec Králové**  
nebo na **Centrum Gaudia**, Mgr. Lukáš Kutek: **kutek@gaudia.cz**,  
**tel.: 731 433 424** nebo na sekretariát centra Gaudia: **info@gaudia.cz**,  
**tel.: 242 487 327, 773 993 036.**

Volejte Po – Čt: od 9.00 do 16.00.

