

Nie sme samé a sme pripravené
SI – SAme pomôcť
– sme rovnocenné
Sme jednoducho „Ženy“

Tento projekt sa realizuje vďaka podpore z Európskeho sociálneho fondu
a Európskeho fondu regionálneho rozvoja v rámci Operačného programu Ľudské zdroje

www.esf.gov.sk

www.employment.gov.sk

❖ som sebavedomá žena

vnútorný pocit vlastnej hodnoty,
vnútornej sily,
dôležitosti,
prít'ažlivosti...

Tento projekt sa realizuje vďaka podpore z Európskeho sociálneho fondu
a Európskeho fondu regionálneho rozvoja v rámci Operačného programu Ľudské zdroje

www.esf.gov.sk

www.employment.gov.sk

❖ **hovorím.... chcem byť vypočutá....**
nahlas hovorím o svojich svojich želaniach,
potrebách,
prianiach,
aby si ma vážili...aj môj partner

Tento projekt sa realizuje vďaka podpore z Európskeho sociálneho fondu
a Európskeho fondu regionálneho rozvoja v rámci Operačného programu Ľudské zdroje

www.esf.gov.sk

www.employment.gov.sk

- ❖ **Mám sebavedomie,**
- ❖ **Mám hrdosť,**
- ❖ **Mám čestnosť,**
- ❖ **Som pokorná**
- ❖ **Som toleratná**
- ❖ **Platí čo poviem – stojím si za slovom**

Tento projekt sa realizuje vďaka podpore z Európskeho sociálneho fondu
a Európskeho fondu regionálneho rozvoja v rámci Operačného programu Ľudské zdroje

www.esf.gov.sk

www.employment.gov.sk

❖ **viem, že potrebujem pomocnú ruku**
.... Zdôverím sa...

Sú tu pre mňa ľudia, ktorí mi poradia a ja sa nemusím hanbiť... Sme v tom spolu... Rozprávajme sa ... Nehanbime sa... Pomáhame si navzájom...

**Tento projekt sa realizuje vďaka podpore z Európskeho sociálneho fondu
a Európskeho fondu regionálneho rozvoja v rámci Operačného programu Ľudské zdroje**

www.esf.gov.sk

www.employment.gov.sk

❖ Čo potrebujem a chcem

- Prijat' pomoc, pozornosť, kompliment
- Odhaliť svoje nedostatky a snažiť sa zjednať nápravu
- NEHANBIŤ sa o PODANIE POMOCNEJ RUKY

Tento projekt sa realizuje vďaka podpore z Európskeho sociálneho fondu
a Európskeho fondu regionálneho rozvoja v rámci Operačného programu Ľudské zdroje

www.esf.gov.sk

www.employment.gov.sk

Ľudia si nepamätajú
tých milión podaní
pomocnej
ruky...

Citáty
a priania ♡

Zapamätajú si
len ten jediný
raz, keď ste im
nepomohli...

Tento projekt sa realizuje vďaka podpore z Európskeho sociálneho fondu
a Európskeho fondu regionálneho rozvoja v rámci Operačného programu Ľudské zdroje

www.esf.gov.sk

www.employment.gov.sk