

## Duhová mezigenerační setkávání

Setkávání budou probíhat v bezpečném prostoru, kde můžete být sami\*samey sebou, ať jste jakéhokoli věku, sexuální orientace nebo genderu.

Nabízíme vzájemnou podporu a možnost setkání s dalšími queer lidmi. Sdílením zkušeností bude provázet Markéta Matějová.

Setkávání budou probíhat každé čtvrté úterý v měsíci od 17:30 do 19:00 v Komunitním domě ŽIVOTa 90, Karoliny Světlé 18, 110 00 Praha – v prvním patře, v místnosti Reminiscence.

V případě změny nebo zrušení setkání, informujeme na webových stránkách zde:

<https://www.zivot90.cz/cs/lgbti/duhovy-zivot-90>

Začínáme vždy v 17:30, prosíme přijďte s lehkým předstihem. Setkávání je otevřené a není potřeba se předem hlásit.

## Co setkávání neposkytuje:

Individuální terapii a poradenství

Odbornou psychologickou/ psychiatrickou péči

## Pravidla setkávání

- Setkání jsou o mezigeneračním kontaktu, poskytnutí informací a sdílení zkušeností. Nejedná se o terapeutická sezení.
- Informace, které jsou na setkáních sdíleny, jsou důvěrné a nesmí být nikým vynášeny ven.
- Při setkáních respektujeme ostatní. Respektujeme nejen jejich názory, identitu a životní zkušenost, ale i osobní prostor – na setkáních se navzájem nedotýkáme. Navzájem se respektujeme dále i tím, že si neskáčeme do řeči. Vždy mluví jen jeden.
- Setkání společně začínáme i končíme. Pokud potřebuješ odejít dřív, řekni to na začátku. Pokud by se v průběhu ukázalo, že je pro tebe nějaké téma citlivé a nechceš o něm mluvit, či o něm poslouchat mluvit ostatní, je samozřejmě možné odejít.
- Na setkáních si všichni tykáme.
- Facilitátorka se k nikomu nehlásí, pokud ho potká mimo skupinu. Je to z důvodu udržení důvěrnosti a zabránění nechtěnému outování. Ty se k ní hlásit můžeš, ona tě ale mimo skupinu neosloví jako první.
- Na setkání je vítán každý, kdo dosáhl plnoletosti.
- Na setkání přijď o 10 minut dříve, aby ses stihl\*a usadit a objednat si něco dobrého k pití či jídlu.
- Můžeš si objednat maximálně 1 alkoholický nápoj. Na setkáních se spolu chceme bavit s čistou hlavou.
- Setkání trvají hodinu a půl.