



2022

ANNUAL REPORT

CENTER FOR
COUNSELLING AND
THERAPY



Table of Contents

3

Chairperson
Statment

5

Co-ordinator
Statment

8

CKU Objectives
and Values

9

CKU Vision and
Mission

10

Our Offer

12

Our Projects

16

Human Impact

18

Structure,
Governance and
Management

20

Legal Status

20

Governance Code

21

General
Governance
Information

22

Our sponsors



Chairperson Statement

I am very pleased to present this Annual Review of CKU activities for 2022. The year has been one of change, challenge, and growth for us as we grappled with the many service-impacting after-effects of the COVID pandemic.

The CKU team of therapists and volunteers led with inspiration and dedication by our Co-Ordinator, Barbara Ozga, and our Clinical Director Mariola Mastek, have responded to many challenges during the year, being called on to service a significant increase in demand from limited financial resources. In line with our Mission and Values, the team has worked extremely hard and in a very flexible way, to address the many different contexts, personal, familial, occupational, economic, and social, in which addiction affects our clients. The pages of this Review which deal with our Projects and their Human Impact give some sense of the breadth of CKU's response.

Among our emerging challenges, we see homelessness as a growing concern for individuals and families in immigrant communities, adding to the stress experienced by clients who struggle, often with great courage and determination, to overcome problems of addiction. Affordability is another growing challenge, as inflationary pressures undermine personal and family income, and we have seen an increasing need to reduce, and in some cases entirely waive, treatment charges to ensure that no one who needs our services is excluded. Moreover, the conflict in Ukraine challenges us to further extend our offering beyond its Polish language base, to other Eastern European nationalities and languages. We have been slowly building capacity and accepting referrals to service this additional need.

Chairperson Statment

We embarked, in the second half of the year, on a concerted effort to secure an expanded level of core funding to enable services to continue and to grow and we are optimistic that the unique value which CKU provides in the area of addiction support to immigrant communities will ultimately be fully recognised in the form of additional funds for our activities.

My thanks, to our professional and dedicated team, our loyal sponsors, and to our Board for a year in which CKU has successfully weathered many difficulties and from which we look forward to advancing our Vision in 2023.

Emilia Marchelewska
Chair of the Board of Management



Co-ordinator Statement

I am delighted to introduce CKU's Annual Report for 2022.

It has already been over 13 years since CKU has been providing its services to Polish people and their families struggling with addiction problems in Ireland.

Over the years CKU has expanded its offer for people struggling with alcohol problems to professional therapy for people suffering from a range of addictions: alcohol, drugs, and other risky behaviors, their families, people experiencing dysfunction in families, therapy for families, and couples, as well as addiction relapse prevention workshops for adults and the youth, crisis intervention and psychological and psychotherapeutic assistance on-line. Further on, CKU introduced and continue workshops for women and personal development workshops.

In 2022, we started a Graduate Supporting Group- for people who finished basic addiction treatment and want to continue personal development. The project turned out to be much needed and the first year was successful. 67 participants took part throughout the year. Another successful project run in 2022 - Youth support group. The project is implemented and financed by the Irish Youth Foundation. There is a huge gap in supporting Polish youths. CKU takes this opportunity and provides very much-needed support.

We are in the process to implement new options for supporting people struggling with addiction - to run the SMART Recovery Program. We hope to run meetings in the 2023 year.

The Board and I have devoted much effort in 2022 to addressing CKU's financial sustainability, which, despite the committed support of long-term sponsors, SICDATF, CARP, and indeed the Polish Embassy, continues to be problematic, and a threat to the services we want and need to deliver for our clients and their families

Co-ordinator Statement

As you will see from the statistics in this report, the number of clients with addiction problems is increasing from year to year. In the last few years the housing crisis, pandemic, and as a result - homelessness have contributed to the situation.

Many of our clients experiencing crisis and struggling with the cost of living, and this situation often brings consideration to what to choose first to survive. CKU tries to prevent the situation of excluding people from treatment for financial reasons by offering various solutions such as sliding scale or free sessions as part of crisis intervention. In the fact that there is no other service that offers polish treatment CKU plays such an invaluable role for this cohort of people in Ireland.

We continue the development of our Board of Directors and we invited a new member, Katie Timmins who joined us in November.

Katie, congratulations and best of luck in your new role. We hope to get some more Board members and we will make every effort to get so much-needed sustainability in our structure and governance.

CKU Team incessantly continues to develop their skills to provide the best practice for our service users.

I would also like to take the opportunity and thank and congratulate Mariola Mastek, clinical Manager, for maintaining high standards in service provision and keeping the Team on track and the members of the CKU Team for their priceless experience and work to support the mission of CKU.

On this occasion, I would like to say big thanks to our administrator Aleksandra, who has been volunteering and working with us for over 10 years. Aleksandra is leaving the CKU Team shortly in the New year of 2023. Aleksandra we greatly appreciate your hard work and we have been privileged and proud of having you on our team. Best wishes in your new career.

Co-ordinator Statment

The work and continuing the mission of CKU would not be possible without the support and close cooperation with Coolmine Therapeutic Community (CTC) which, since February 2011 has been sharing its premises with us. The Centre has also developed and continues cooperation with CARP Community Addiction Response Programme in Tallaght, where we provide individual and group support on Thursdays.

At this point, I would like to thank our current sponsors: South Inner City DATF with their Co-ordinator, Polish Embassy for their financial and overall ongoing support.

We would also like thanks to our Partners and Sponsors for their financial support and all of the Services for their friendly help and cooperation, with wishes for further collaboration.

Barbara Ożga
CKU Co-ordinator



CKU Objectives and Values



1. Promotion of positive change.
2. Propagation of partnerships of the professionals with the 12-stepper Communities which helps in the integration of these people with local groups and individuals in a multicultural Ireland while at the same time breaking the language barrier.

3. Cooperation and integration with organizations, agencies, and social workers both in Ireland and Poland in order to help clients in a variety of problem areas in their lives.
4. Integrity - a creation of an atmosphere of trust, respect, and honesty.

5. Equality- through respect for the identity of our clients, their beliefs and choices.

6. Inspiration - teaching our clients independence and responsibility and at the same time supporting them in making choices and positive changes in their lives.

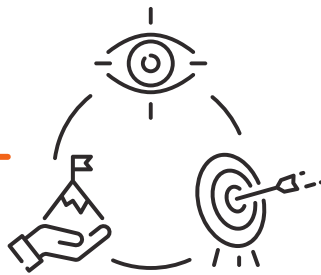
7. Confidentiality means ensuring that the information collected from our clients is and always will be only used in such a way that does not violate the trust, privacy and personal data protection.

8. Respect within the team and professionalism in working with the client by raising the professional qualification and being guided by the code of professional ethics for addiction therapists.

CKU Vision and Mission

Mission

To provide professional help and support to people and their families affected by addiction thru psychotherapeutic treatment, addiction prevention, and integration with the multicultural Irish community in order to facilitate social inclusion.



Vision

A society where everyone has an equal opportunity to live a life without addiction.

Our Offer

- Individual consultations and psychological counselling
- Psychotherapy for individuals and couples
- Psychiatric consultation
- Psychotherapy groups for:
 - People suffering from abuse of psychoactive substances/ gambling and other behavioral addictions
 - Family members and concerned persons who have been affected by alcohol or drugs used in the home or different forms of neglect in family life.



Our Offer

- Support groups:
 - Supporting recovery group/ Aftercare
 - Family support group/ Family connections
 - Motivation and information group
 - Relapse prevention
- Personal development workshops;
 - Psychoeducational and support workshop
 - Training groups
 - Social skills training
- Workshops for women
 - Between us women/ Peer-to-peer support group
- Workshop for parents
- Crisis interventions and Online support



Our Projects

Between us Women

Warsztaty rozwojowe z cyklu "Między nami kobietami"

Seks na wysokich obcasach



Jak kobieta może zadbać o własną przyjemność seksualną?

W poszukiwaniu odpowiedzi pomoże gościni dr Alicja Długopółka edukatorka seksualna, doświadczony partnerka, psychoterapeutka.

Zapisać <https://fundacjaokt.pl/lego/>

Autorka licznych książek i artykułów z zakresu edukacji psychoseksualnej.

Zapraszam Ciebie do wspólnego dialogu, refleksji i poszukiwania odpowiedzi. Bądźmy dla siebie wsparciem, inspiracją i dzielmy się kobiecą mocą.

Mariola Mastek

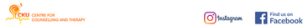
Warsztat odbędzie się on-line na żywo.

Poniedziałek: 17 stycznia 2022

godz.: 18:00-21:00 irlandzkiego czasu; 19:00-22:00 polskiego czasu.

Liczba miejsc ograniczona! Koszt: €10

Zapisy i więcej informacji dotyczących możliwości uczestnictwa w warsztacie: email: info@oktadublin.org; tel.: +353 860861018 lub +353 876494555



Warsztaty rozwojowe z cyklu "Między nami kobietami"

Obchodzimy dzień kobiet! Przyjdź i podaruj sobie wyjątkowy prezent!



Jak być dobrą dla siebie?

Warsztat poprowadzi gościni Natalia de Barbaro psycholożka, autorka książki "Czeka przewodniczka. Kobieca droga do siebie".

Zapraszam Ciebie do wspólnego dialogu, refleksji i poszukiwania odpowiedzi. Bądźmy dla siebie wsparciem, inspiracją i dzielmy się kobiecą mocą.

Mariola Mastek

Warsztat odbędzie się on-line na żywo.

Piątek: 12 marca 2022

godz.: 18:00-20:30 irlandzkiego czasu; 19:00-21:30 polskiego czasu.

Liczba miejsc ograniczona! Koszt: €20

Zapisy i więcej informacji dotyczących możliwości uczestnictwa w warsztacie: email: info@oktadublin.org; tel.: +353 860861018 lub +353 876494555



Warsztaty rozwojowe z cyklu "Między nami kobietami"

Niespełnione macierzyństwo



Warsztat dedykowany kobietom, które nie mogą mieć dzieci z powodu niepłodności, poronień i innych przyczyn.

To są unikalne historie przepięknie bolesnymi doświadczeniami, wyborami i uczuciami. Często w odosobnieniu, osamotnieniu, w zakamarkach własnej duszy. Bez wsparcia i zrozumienia. Jak w związku z tym radzić sobie z własnymi uczuciami, konfliktami i dyktamentami?

Przyjdź i podaj sobie w kręgu kobiet z podobnymi przeżyciami w atmosferze życzliwości, dyskusji i wsparcia.

Gościnią warsztatów będzie mgr Grażyna Płachcińska

Zapraszam Ciebie do wspólnego dialogu, refleksji i poszukiwania odpowiedzi. Bądźmy dla siebie wsparciem, inspiracją i dzielmy się kobiecą mocą.

Mariola Mastek

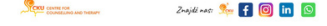
Warsztat odbędzie się on-line na żywo.

Piątek: 22 kwietnia 2022

godz.: 19:00-20:30 irlandzkiego czasu; 20:00-21:30 polskiego czasu.

Liczba miejsc ograniczona! Koszt: €10

Zapisy i więcej informacji dotyczących możliwości uczestnictwa w warsztacie: email: info@oktadublin.org; tel.: +353 860861018 lub +353 876494555



Warsztaty rozwojowe z cyklu "Między nami kobietami"

Stanąć po swojej stronie



Jak zadbać o siebie, żeby czuć się szczęśliwą i spełnioną? Od czego zacząć, żeby w zgodzie ze sobą i innymi realizować swoje cele i marzenia?

Zapraszam Ciebie do wspólnego dialogu, refleksji i poszukiwania odpowiedzi. Bądźmy dla siebie wsparciem, inspiracją i dzielmy się kobiecą mocą.

Mariola Mastek

Warsztat odbędzie się on-line na żywo.

Piątek: 21 października 2022

godz.: 19:00-20:30 irlandzkiego czasu; 20:00-21:30 polskiego czasu.

Liczba miejsc ograniczona! Koszt: €10

Zapisy i więcej informacji dotyczących możliwości uczestnictwa w warsztacie: email: info@oktadublin.org; tel.: +353 860861018 lub +353 876494555



Warsztaty rozwojowe z cyklu "Między nami kobietami"

Portret Kobiety



Często ukrywamy to, co czujemy, przed innymi i przed sobą. Co zrobić, żeby uzyskać dostęp do prawdy o sobie? Przyjdź i odkryj swój portret.

Zapraszam Ciebie do wspólnego dialogu, refleksji i poszukiwania odpowiedzi. Bądźmy dla siebie wsparciem, inspiracją i dzielmy się kobiecą mocą.

Mariola Mastek

Warsztat odbędzie się on-line na żywo.

Piątek: 27 maja 2022

godz.: 19:00-20:30 irlandzkiego czasu; 20:00-21:30 polskiego czasu.

Liczba miejsc ograniczona! Koszt: €10

Zapisy i więcej informacji dotyczących możliwości uczestnictwa w warsztacie: email: info@oktadublin.org; tel.: +353 860861018 lub +353 876494555



Warsztaty rozwojowe z cyklu "Między nami kobietami"

Matematyczne reguły miłości



Jak tworzyć satysfakcjonujący związek na każdym etapie życia? Czy same pozytywne emocje lub zaangażowanie wystarczą?

Przyjdź i poszukaj matematycznych równań miłości z gościnią warsztatów, którą będzie Katarzyna Cieszyńska-Odedina Psycholożka, psychoterapeutka i terapeuta par autorstwa relacyjnych.

Zapraszam Ciebie do wspólnego dialogu, refleksji i poszukiwania odpowiedzi. Bądźmy dla siebie wsparciem, inspiracją i dzielmy się kobiecą mocą.

Mariola Mastek

Warsztat odbędzie się on-line na żywo.

Piątek: 25 lutego 2022

godz.: 19:00-20:30 irlandzkiego czasu; 20:00-21:30 polskiego czasu.

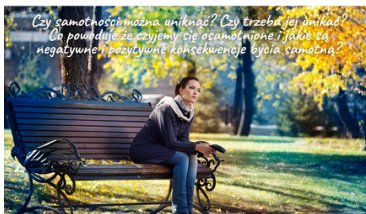
Liczba miejsc ograniczona! Koszt: €10

Zapisy i więcej informacji dotyczących możliwości uczestnictwa w warsztacie: email: info@oktadublin.org; tel.: +353 860861018 lub +353 876494555



Warsztaty rozwojowe z cyklu "Między nami kobietami"

Odosobniona



Czy samotność jest naszą przyjaciółką? Czy trzeba jej przetrwać, czy powoli się z nią pogodzić? Jak odosobnieniu i samotności nadać pozytywny, przetrzymujący kształt? Jak sobie poradzić z samotnością?

Zapraszam Ciebie do wspólnego dialogu, refleksji i poszukiwania odpowiedzi. Bądźmy dla siebie wsparciem, inspiracją i dzielmy się kobiecą mocą.

Mariola Mastek

Warsztat odbędzie się on-line na żywo.

Piątek: 23 listopada 2022

godz.: 19:00-20:30 irlandzkiego czasu; 20:00-21:30 polskiego czasu.

Liczba miejsc ograniczona! Koszt: €10

Zapisy i więcej informacji dotyczących możliwości uczestnictwa w warsztacie: email: info@oktadublin.org; tel.: +353 860861018 lub +353 876494555



Warsztaty rozwojowe z cyklu "Między nami kobietami"

Kochać i być kochaną



Miłość do siebie jest niezbędnym warunkiem do stworzenia autentycznej relacji z drugim człowiekiem. Co to znaczy kochać siebie? Kiedy czujemy, że jesteśmy kochana? Kochać za bardzo - co to znaczy?

Zapraszam Ciebie do wspólnego dialogu, refleksji i poszukiwania odpowiedzi. Bądźmy dla siebie wsparciem, inspiracją i dzielmy się kobiecą mocą.

Mariola Mastek

Warsztat odbędzie się on-line na żywo.

Piątek: 24 czerwca 2022

godz.: 19:00-20:30 irlandzkiego czasu; 20:00-21:30 polskiego czasu.

Liczba miejsc ograniczona! Koszt: €10

Zapisy i więcej informacji dotyczących możliwości uczestnictwa w warsztacie: email: info@oktadublin.org; tel.: +353 860861018 lub +353 876494555



Warsztaty rozwojowe z cyklu "Między nami kobietami"

Wolna jak ptak



Chcemy być wolne. Bronimy się gdy ktoś chce nas skrepić, czy nam narzeka. To dlatego zamyślamy się w klatkach naszych przekonań, wypracowanych fikcji i niespełnionych. Co to znaczy być wolną kobietą? Kim się stać, aby bez względu na sytuację czuć się wolną?

Zapraszam Ciebie do wspólnego dialogu, refleksji i poszukiwania odpowiedzi. Bądźmy dla siebie wsparciem, inspiracją i dzielmy się kobiecą mocą.

Mariola Mastek

Warsztat odbędzie się on-line na żywo.

Piątek: 16 września 2022

godz.: 19:00-20:30 irlandzkiego czasu; 20:00-21:30 polskiego czasu.

Liczba miejsc ograniczona! Koszt: €10

Zapisy i więcej informacji dotyczących możliwości uczestnictwa w warsztacie: email: info@oktadublin.org; tel.: +353 860861018 lub +353 876494555



Our Projects

Graduation Group

Grupa wsparcia dla absolwentów terapii uzależnień z cyklu "POMOC"

Racja czy relacja

Kiedy? - 26 października 2022

Spotkania odbywają się on-line na żywo w każdą ostatnią środę miesiąca
godz. 19:00-20:30 irlandzkiego czasu
20:00-21:30 polskiego czasu

Opiekun grupy: Tomasz Nawrocki
Prowadząca: Mariola Mastek
certyfikowana specjalistka psychoterapii uzależnień

Zapraszamy Ciebie do wspólnego dzielenia się doświadczeniami. Bądźmy dla siebie wsparciem i nadzieją. Zaspokuj się swoimi potrzebami na dzisiaj! **przypłyj po-MOC.**

Mariola / Tomek

UDZIAŁ W GRUPIE JEST BEZPŁATNY ZARZĘDZTUJ SWOJE MEZYSCE!

Więcej informacji i ZAPISY: tel. +353 876494555-353 86086018
e-mail: info@ckudublin.org

Znajdziesz nas na:

Grupa wsparcia dla absolwentów terapii uzależnień z cyklu "POMOC"

Moja przyjaciółka złóż - o złoci inaczej

Kiedy? - 28 września 2022

Spotkania odbywają się on-line na żywo w każdą ostatnią środę miesiąca
godz. 19:00-20:30 irlandzkiego czasu
20:00-21:30 polskiego czasu

Opiekun grupy: Tomasz Nawrocki
Prowadząca: Mariola Mastek
certyfikowana specjalistka psychoterapii uzależnień

Zapraszamy Ciebie do wspólnego dzielenia się doświadczeniami. Bądźmy dla siebie wsparciem i nadzieją. Zaspokuj się swoimi potrzebami na dzisiaj! **przypłyj po-MOC.**

Mariola / Tomek

UDZIAŁ W GRUPIE JEST BEZPŁATNY ZARZĘDZTUJ SWOJE MEZYSCE!

Więcej informacji i ZAPISY: tel. +353 876494555-353 86086018
e-mail: info@ckudublin.org

Znajdziesz nas na:

Grupa wsparcia dla absolwentów terapii uzależnień z cyklu "POMOC"

Czy dorosły oznacza dojrzały?

Kiedy? - 25 maja 2022

Spotkania odbywają się on-line na żywo w każdą ostatnią środę miesiąca
godz. 19:00-20:30 irlandzkiego czasu
20:00-21:30 polskiego czasu

Opiekun grupy: Tomasz Nawrocki
Prowadząca: Mariola Mastek
certyfikowana specjalistka psychoterapii uzależnień

Zapraszamy Ciebie do wspólnego dzielenia się doświadczeniami. Bądźmy dla siebie wsparciem i nadzieją. Zaspokuj się swoimi potrzebami na dzisiaj! **przypłyj po-MOC.**

Mariola / Tomek

UDZIAŁ W GRUPIE JEST BEZPŁATNY ZARZĘDZTUJ SIĘ - Link w opisie

Więcej informacji i ZAPISY: tel. +353 876494555-353 86086018
e-mail: info@ckudublin.org

Znajdziesz nas na:

Grupa wsparcia dla absolwentów terapii uzależnień z cyklu "POMOC"

W poszukiwaniu sensu życia...

Kiedy? - 28 grudnia 2022

Spotkania odbywają się on-line na żywo w każdą ostatnią środę miesiąca
godz. 19:00-20:30 irlandzkiego czasu
20:00-21:30 polskiego czasu

Opiekun grupy: Tomasz Nawrocki
Prowadząca: Mariola Mastek
certyfikowana specjalistka psychoterapii uzależnień

Zapraszamy Ciebie do wspólnego dzielenia się doświadczeniami. Bądźmy dla siebie wsparciem i nadzieją. Zaspokuj się swoimi potrzebami na dzisiaj! **przypłyj po-MOC.**

Mariola / Tomek

UDZIAŁ W GRUPIE JEST BEZPŁATNY ZARZĘDZTUJ SWOJE MEZYSCE!

Więcej informacji i ZAPISY: tel. +353 876494555-353 86086018
e-mail: info@ckudublin.org

Znajdziesz nas na:

Grupa wsparcia dla absolwentów terapii uzależnień z cyklu "POMOC"

Blaski i cienie partnerstwa

Kiedy? - 23 czerwca 2022

Spotkania odbywają się on-line na żywo w każdą ostatnią środę miesiąca
godz. 19:00-20:30 irlandzkiego czasu
20:00-21:30 polskiego czasu

Opiekun grupy: Tomasz Nawrocki
Prowadząca: Mariola Mastek
certyfikowana specjalistka psychoterapii uzależnień

Zapraszamy Ciebie do wspólnego dzielenia się doświadczeniami. Bądźmy dla siebie wsparciem i nadzieją. Zaspokuj się swoimi potrzebami na dzisiaj! **przypłyj po-MOC.**

Mariola / Tomek

UDZIAŁ W GRUPIE JEST BEZPŁATNY ZARZĘDZTUJ SIĘ - Link w opisie

Więcej informacji i ZAPISY: tel. +353 876494555-353 86086018
e-mail: info@ckudublin.org

Znajdziesz nas na:

Grupa wsparcia dla absolwentów terapii uzależnień z cyklu "POMOC"

Wiele twarzy wstydu

Kiedy? - 27 lipca 2022

Spotkania odbywają się on-line na żywo w każdą ostatnią środę miesiąca
godz. 19:00-20:30 irlandzkiego czasu
20:00-21:30 polskiego czasu

Opiekun grupy: Tomasz Nawrocki
Prowadząca: Mariola Mastek
certyfikowana specjalistka psychoterapii uzależnień

Zapraszamy Ciebie do wspólnego dzielenia się doświadczeniami. Bądźmy dla siebie wsparciem i nadzieją. Zaspokuj się swoimi potrzebami na dzisiaj! **przypłyj po-MOC.**

Mariola / Tomek

UDZIAŁ W GRUPIE JEST BEZPŁATNY ZARZĘDZTUJ SIĘ - Link w opisie

Więcej informacji i ZAPISY: tel. +353 876494555-353 86086018
e-mail: info@ckudublin.org

Znajdziesz nas na:

Grupa wsparcia dla absolwentów terapii uzależnień z cyklu "POMOC"

Pomiędzy winą a przebaczeniem

Kiedy? - 31 sierpnia 2022

Spotkania odbywają się on-line na żywo w każdą ostatnią środę miesiąca
godz. 19:00-20:30 irlandzkiego czasu
20:00-21:30 polskiego czasu

Opiekun grupy: Tomasz Nawrocki
Prowadząca: Mariola Mastek
certyfikowana specjalistka psychoterapii uzależnień

Zapraszamy Ciebie do wspólnego dzielenia się doświadczeniami. Bądźmy dla siebie wsparciem i nadzieją. Zaspokuj się swoimi potrzebami na dzisiaj! **przypłyj po-MOC.**

Mariola / Tomek

UDZIAŁ W GRUPIE JEST BEZPŁATNY ZARZĘDZTUJ SIĘ - Link w opisie

Więcej informacji i ZAPISY: tel. +353 876494555-353 86086018
e-mail: info@ckudublin.org

Znajdziesz nas na:

Grupa wsparcia dla absolwentów terapii uzależnień z cyklu "POMOC"

Straty i utraty...

Kiedy? - 30 listopada 2022

Spotkania odbywają się on-line na żywo w każdą ostatnią środę miesiąca
godz. 19:00-20:30 irlandzkiego czasu
20:00-21:30 polskiego czasu

Opiekun grupy: Tomasz Nawrocki
Prowadząca: Mariola Mastek
certyfikowana specjalistka psychoterapii uzależnień

Zapraszamy Ciebie do wspólnego dzielenia się doświadczeniami. Bądźmy dla siebie wsparciem i nadzieją. Zaspokuj się swoimi potrzebami na dzisiaj! **przypłyj po-MOC.**

Mariola / Tomek

UDZIAŁ W GRUPIE JEST BEZPŁATNY ZARZĘDZTUJ SWOJE MEZYSCE!

Więcej informacji i ZAPISY: tel. +353 876494555-353 86086018
e-mail: info@ckudublin.org

Znajdziesz nas na:

Grupa wsparcia

ON-LINE; OSTATNIA ŚRODA MIESIĄCA

19:00-20:00 IRL

Grupa Prezycyjna Jest Dla:

- absolwentów terapii uzależnień, osób które skorzystały z terapii podopiecznych w ramach Grupy lub w innych Okolicznościach
- uczestników i uczestniczek w Grupie
- osób, które wyrażają zainteresowanie i pragnienie wzięcia udziału w Grupie
- osób, które wyrażają zainteresowanie i pragnienie wzięcia udziału w Grupie
- osób, które wyrażają zainteresowanie i pragnienie wzięcia udziału w Grupie

Opiekun grupy: Tomasz Nawrocki
Prowadząca: Mariola Mastek
certyfikowana specjalistka psychoterapii uzależnień

UDZIAŁ W GRUPIE JEST BEZPŁATNY!

Zapisy i więcej informacji: tel. +353 876494555-353 86086018
E-mail: info@ckudublin.org

Znajdziesz nas na:

Grupa wsparcia

ON-LINE; OSTATNIA ŚRODA MIESIĄCA

19:00-20:00 IRL

Grupa Prezycyjna Jest Dla:

- absolwentów terapii uzależnień, osób które skorzystały z terapii podopiecznych w ramach Grupy lub w innych Okolicznościach
- uczestników i uczestniczek w Grupie
- osób, które wyrażają zainteresowanie i pragnienie wzięcia udziału w Grupie
- osób, które wyrażają zainteresowanie i pragnienie wzięcia udziału w Grupie
- osób, które wyrażają zainteresowanie i pragnienie wzięcia udziału w Grupie

Opiekun grupy: Tomasz Nawrocki
Prowadząca: Mariola Mastek
certyfikowana specjalistka psychoterapii uzależnień

UDZIAŁ W GRUPIE JEST BEZPŁATNY!

Zapisy i więcej informacji: tel. +353 876494555-353 86086018
E-mail: info@ckudublin.org

Znajdziesz nas na:

Grupa wsparcia

ON-LINE; OSTATNIA ŚRODA MIESIĄCA

19:00-20:00 IRL

Grupa Prezycyjna Jest Dla:

- absolwentów terapii uzależnień, osób które skorzystały z terapii podopiecznych w ramach Grupy lub w innych Okolicznościach
- uczestników i uczestniczek w Grupie
- osób, które wyrażają zainteresowanie i pragnienie wzięcia udziału w Grupie
- osób, które wyrażają zainteresowanie i pragnienie wzięcia udziału w Grupie
- osób, które wyrażają zainteresowanie i pragnienie wzięcia udziału w Grupie

Opiekun grupy: Tomasz Nawrocki
Prowadząca: Mariola Mastek
certyfikowana specjalistka psychoterapii uzależnień

UDZIAŁ W GRUPIE JEST BEZPŁATNY!

Zapisy i więcej informacji: tel. +353 876494555-353 86086018
E-mail: info@ckudublin.org

Znajdziesz nas na:

Grupa wsparcia

ON-LINE; OSTATNIA ŚRODA MIESIĄCA

19:00-20:00 IRL

Grupa Prezycyjna Jest Dla:

- absolwentów terapii uzależnień, osób które skorzystały z terapii podopiecznych w ramach Grupy lub w innych Okolicznościach
- uczestników i uczestniczek w Grupie
- osób, które wyrażają zainteresowanie i pragnienie wzięcia udziału w Grupie
- osób, które wyrażają zainteresowanie i pragnienie wzięcia udziału w Grupie
- osób, które wyrażają zainteresowanie i pragnienie wzięcia udziału w Grupie

Opiekun grupy: Tomasz Nawrocki
Prowadząca: Mariola Mastek
certyfikowana specjalistka psychoterapii uzależnień

UDZIAŁ W GRUPIE JEST BEZPŁATNY!

Zapisy i więcej informacji: tel. +353 876494555-353 86086018
E-mail: info@ckudublin.org

Znajdziesz nas na:

Our Projects

Development workshop and Skills training

Między nami rodzicami
Warsztaty rozwojowe dla rodziców

RODZENSTWO
współpraca i rozwiązywanie konfliktów

Warsztat dla rodziców dzieci wczesnoszkolnych i szkolnych

Jak wzmocnić więź między naszymi dziećmi?
Co jest, a co nie jest normą w relacjach i rodzinach?
Czy powściągliwość i introwersyjność w młodości naszych dzieci?
Jakiego wsparcia potrzebują nasze dzieci w budowaniu relacji i braterstwa/siostrzeństwa?
Jak wspomóc dzieci, by same nauczyły się rozwiązywać konflikty?

Zaprasza:
Katarzyna Kozłowska
Kiedy: środa 12.01.2022
godz. 19.00 - 20.30 czasu irlandzkiego
spotkanie na żywo online
Województwo: C10
Ilość miejsc ograniczona.
Więcej informacji i zapisy:
087434955 lub 086962328
info@ckudublin.org
#rodzicielstwodrogarozwoju

Strach ma wielkie oczy
Dziecięce lęki

Kiedy: środa 16.02.2022
godz. 19.00 - 20.30
czasu irlandzkiego
spotkanie na żywo online
Województwo: C10
Ilość miejsc ograniczona.

Zaprasza:
Katarzyna Kozłowska

Więcej informacji i zapisy:
353 87 64 94 555
info@ckudublin.org
#dzieciestwodrogarozwoju

Między nami rodzicami
PEWNOŚĆ SIEBIE
Jak ją wspomagać u dzieci?

Warsztat dla rodziców dzieci wczesnoszkolnych i szkolnych

Zaprasza:
Katarzyna Kozłowska
Kiedy: środa 9.03.2022
godz. 19.00 - 20.30 czasu irlandzkiego
spotkanie na żywo online
Województwo: C10
Ilość miejsc ograniczona.
Więcej informacji i zapisy:
+353 87 64 94 555 info@ckudublin.org
#rodzicielstwodrogarozwoju

JAK PRZEŻYC Z NASTOLATKIEM?

Spotkanie 1: 20 kwietnia 2022
Móg w okresie dojrzewania - co się dzieje z moim dzieckiem i jak mogę je wesprzeć?

Spotkanie 2: 18 maja 2022
Emocje u nastolatków - jak rozumieć zachowania nastolatka i nie oskarżać problemem?

Spotkanie 3: 15 czerwca 2022
Komunikacja z nastolatkiem - w jaki sposób rozmawiać, by lepiej się rozumieć?

Zaprasza:
Katarzyna Kozłowska

Kiedy: środa, godz. 19.00 - 20.30
czasu irlandzkiego
spotkanie na żywo online
Województwo: C10 na spotkanie
Ilość miejsc ograniczona.

Więcej informacji i zapisy:
353 87 64 94 555
info@ckudublin.org
#rodzicielstwodrogarozwoju

opiekunowie oraz rodzice nastolatków

Zrozumieć nastolatka

Zapraszają
Nika Micek & Katarzyna Kozłowska
Kiedy: poniedziałek, 13 czerwca 2022 roku,
godz. 19.00 - 20.30 czasu irlandzkiego
Gdzie: online na żywo, platforma zoom
Wstęp wolny - wystarczy jak zgłosisz swój udział!
Więcej informacji i zapisy pod nr +353 87 64 94 555
email: info@ckudublin.org

JAK PRZEŻYC Z NASTOLATKIEM?

Spotkanie 1: 20 kwietnia 2022
Móg w okresie dojrzewania - co się dzieje z moim dzieckiem i jak mogę je wesprzeć?

Spotkanie 2: 18 maja 2022
Emocje u nastolatków - jak rozumieć zachowania nastolatka i nie oskarżać problemem?

Spotkanie 3: 15 czerwca 2022
Komunikacja z nastolatkiem - w jaki sposób rozmawiać, by lepiej się rozumieć?

Zaprasza:
Katarzyna Kozłowska
Kiedy: środa, godz. 19.00 - 20.30
czasu irlandzkiego
spotkanie na żywo online
Województwo: C10 na spotkanie

Więcej informacji i zapisy:
353 87 64 94 555
info@ckudublin.org

Grupa wsparcia dla Mam
Spo - Tkanie

Zaprasza
Katarzyna Kozłowska
Najbliższe spotkanie w czwartek, 8 czerwca 2022 online na żywo (platforma zoom)
godz. 10.00 - 11.20 czasu irlandzkiego
Województwo: C10
Więcej informacji i zapisy:

WEBINAR BEZPŁATNY

Kulisy altruizmu
- cienie i blaski pomagania

Więcej informacji i zapisy:
353 87 64 94 555
info@ckudublin.org
#rodzicielstwodrogarozwoju

Warsztaty rozwojowe z cyklu Anatomia relacji

Zapraszam Cię na warsztat o komunikacji 7 osób samych, o różnych poziomach i sposobach komunikacji w rodzinie. Proponuję Ci sporo wiedzy i dużo dobrych doświadczeń!

Do zobaczenia!
Katarzyna Cieszyńska-Odełlina

Warsztat on-line na żywo 11 kwietnia 2022, 19.00-20.30 czasu irlandzkiego
Liczba miejsc ograniczona!
Kod: C10
Zapis i więcej informacji email: info@ckudublin.org tel: +353 87649455

No. 05 Cykl rozmów live

CO TO? PO CO? JAK!

ANATOMIA RELACJI

KATARZYNA CIESZYŃSKA-ODELLINA PSYCHOTERAPEUTA
MARTA SEDZIĆKA TRENERKA PSYCHOEDUKACYJNA

Facebook Live 12 marca 2022; 18:00 IRL 19:00 PL

Warsztaty rozwojowe z cyklu Anatomia relacji

Anatomie seks-relacji
Jak style przywiązania warunkują stylizację seksualną w związku? Czym jest i jak budować seksualną satysfakcję?

Nie to imię pytań wynika odpowiedź na naszym spotkaniu, na które Cię bardzo serdecznie zapraszam.
Katarzyna Cieszyńska-Odełlina

Warsztat on-line na żywo 11 maja 2022, 19.00-20.30 czasu irlandzkiego
Liczba miejsc ograniczona!
Kod: C10
Zapis i więcej informacji email: info@ckudublin.org tel: +353 87649455

No. 06 Cykl rozmów live

CO TO? PO CO? JAK!

ANATOMIA SEKS-RELACJI

KATARZYNA CIESZYŃSKA-ODELLINA PSYCHOTERAPEUTA
MARTA SEDZIĆKA TRENERKA PSYCHOEDUKACYJNA

Facebook Live 7 maja 2022; 18:00 IRL 19:00 PL

Recepta na miłość, czyli 11 sekretów udanego związku

Ona i On

Jeśli związek jest dla Was ważny i chcecie wzmocnić więź między Wami zapraszamy na 6 spotkań rozwojowych dla par.

Będziemy poruszać takie tematy jak:
komunikacja i role w związku, intymność, schematy kryzysów i klęski, emocje i potrzeby, poczucie szczęścia i bezpieczeństwa w relacji.
Wiele konkretnych i życiowych rozwiązań do zastosowania od razu po warsztacie!

Prezentuje:
Katarzyna Kozłowska & Tomasz Nawrocki
Cały cykl zaplanowany jest w taki sposób, by przypominał wyjście na randkę i czas odkrywania siebie na nowo. Wspólnie wprowadzaliśmy w grupie będąc przewodniczący do rozmów i jej i jego w odosobnionym miejscu. Nie ma potrzeby dzielenia się na forum grupy.

Kiedy: sobota, godz. 16.00 - 18.15, 2 razy w miesiącu, 6 sesji.
Dzisy: 12.03, 26.03, 9.04, 23.04, 14.05, 28.05
Miejscem? 19 Lord Edward Street, Dublin 2, D02 HX 29
Koszt: €25 na osobę od pary.

Grupa jest zamknięta - nie możemy dołączyć w trakcie trwania cyklu. W razie obawy o możliwość spotkania prosimy o wcześniejsze informowanie na online.

Zapisać: info@ckudublin.org
lub telefonią: 353 87 649 4555
www.ckudublin.org

WARSZTATY ROZWOJU OSOBIŚCIEGO Z CYKLU "Bliżej siebie"

ZAZDROŚĆ - natura czy zniszczenie?

Zapisać: +353 876494555
email: info@ckudublin.org

WEBINAR BEZPŁATNY

RAZEM
lęki i niepokoje w byciu blisko

Znajdź nas:
353 87 64 94 555
info@ckudublin.org
#rodzicielstwodrogarozwoju

Human Impact



95 Individual
Assesments
Completed



958 Individual
psychotherapy
sessions



199 Individual
Counselling
Sessions



43 Individual
Supported
in Group Therapy



69 Individuals
Supported in Graduation
Group



131 Individuals
Supported in Personal
Development Workshop

Human Impact



16 Individuals Supported in Social Skills Training



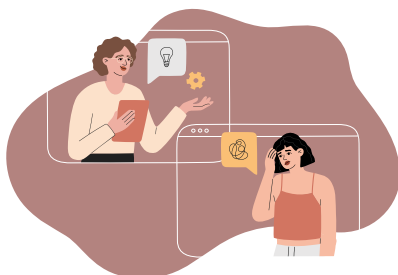
105 Women Supported in Women Workshop "Between us Women"



9 Individuals Supported in the Youth Group



171 Crisis Interventions



231 Online Support



Substance misuse support
71 individuals

Structure, Governance and Management



Directors' Responsibilities Statement

The directors are responsible for preparing the Directors' Report and the financial statements in accordance with applicable Irish law and regulations. Irish company law requires the directors to prepare financial statements for each financial year. Under the law, the directors have elected to prepare the financial statements in accordance with the Companies Act 2014 and FRS 102 "The Financial Reporting Standard applicable in the UK and Republic of Ireland", applying Section 1A of that Standard, issued by the Financial Reporting Council. Under company law, the directors must not approve the financial statements unless they are satisfied that they give an accurate and fair view of the assets, liabilities, and financial position of the companies at the financial year-end date and of the surplus or deficit of the company for the financial year and otherwise comply with the Companies Act 2014.

Structure, Governance and Management

In preparing these financial statements, the directors are required to:

- select suitable accounting policies for the company's financial statements and then apply them consistently.
- make judgments and accounting estimates that are reasonable and prudent.
- state whether the financial statements have been prepared in accordance with applicable accounting standards, identify those standards, and note the effect and the reasons for any material departure from those standards; and
- prepare the financial statements on a going concern basis unless it is inappropriate to presume that the company will continue in business.

The directors confirm they have applied the above regulations when preparing the financial statements. The directors are responsible for ensuring that the company keeps or causes to be kept adequate accounting records which correctly explain and record the transactions of the company, enable at any time the assets, liabilities, financial position and surplus or deficit of the company to be determined with reasonable accuracy and enable them to ensure that the financial statements and Directors' Report comply with the Companies Act 2014 and enable the financial statements to be readily and properly audited. They are also responsible for safeguarding the assets of the company and hence for taking reasonable steps for the prevention and detection of fraud and other irregularities.

Legal Status



Company Limited by Guarantee and not having a share capital with the Company Registration Office (CRO Reg. No: 485287), incorporated on 15th May 2010 under the Companies Act, 1963 to 2009. CKU was established under a Memorandum of association which sets the objects and powers of the company and is governed under Articles of Association by a Board of Directors.

Charity with the Revenue Commissioners (CHY No: 19490) and with the Charities Registration Authority (Registered Charity No: CRA 20076511)

Governance Code for Community, Voluntary and charitable organisations

Since 2019 CKU has been on the 'Adoption Journey' of the new Charities Governance Code which was published in November 2018 and has been implementing policies, systems and processes. CKU completed the Charities Governance Code Compliance Record Form in 2020.

General Governance Information

CKU is governed by a board of directors with a maximum number of 7 people. In accordance with the Articles of Association, every year at the Annual General Meeting the directors retire by rotation and, being eligible, offer themselves for re-election.

The Board of Directors meets with the Co-Ordinator 4-6 times a year. In 2022 we had 5 meetings.

The Directors who served throughout the year, except as noted, were:

Emilia Marchelewska – The Chair
Barbara Ozga – The Secretary
Patrick Bolger - The Treasurer
Anna Wuczynska – Clinical Director
Tom Doyle- Operational Director
Tony Devlin- Operational Director
Katie Timmins - Operational Director

All of our Board members and senior staff signed the code of conduct of trustees.



Our sponsors



Embassy
of the Republic of Poland
in Dublin



Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte
Health Service Executive

Media partners





CENTER FOR COUNSELLING AND THERAPY
19 Lord Edward Street Dublin 2
353 876 494 555

www.ckudublin.org 

info@ckudublin.org 