

Zapraszamy na szkolenia profilaktyczne w okresie ferii zimowych w 2016 roku

Szanowni Państwo,

uczniowie, nauczyciele i rodzice,

zapraszamy na szkolenia profilaktyczne w okresie ferii zimowych 2016. Podczas naszych szkoleń między innymi będziemy wzmacniać czynniki chroniące przed podejmowaniem zachowań ryzykownych wśród dzieci i młodzieży.

Każdy uczestnik zajęć będzie miał okazję nauczyć się radzić ze stresem, jak być asertywnym oraz jak wzmacniać konstruktywnie poczucie własnej wartości.

Zajęcia adresowane do osób dorosłych pozwolą rozszerzyć wiedzę na temat zachowań ryzykownych dzieci i młodzieży na przykład używania substancji psychoaktywnych oraz zagrożeń związanych z Internetem.

W celu zgłoszenia swojego udziału prosimy o kontakt telefoniczny pod numerem 12 411 41 21 wew. 115 lub drogą mailową pod adresem: profilaktyka3@mcpu.krakow.pl. Każdy uczestnik otrzymuje certyfikat potwierdzający udział w szkoleniu. Szkolenia prowadzone są w formie wykładowo-warsztatowej.

Udział w szkoleniach jest nieodpłatny. Szczegółowe informacje znajdują Państwo na stronie www.mcpu.krakow.pl.

Szkolenia proponowane dla uczniów

I. „Ciekawi świata”

Poniedziałek: 18 i 25 stycznia w godz. od 9.00 do 13.00.

Program skierowany jest do **uczniów szkół podstawowych w wieku 10 - 13 lat.**

Ilość uczestników: minimalnie 8, maksymalnie 20 uczestników.

Miejsce realizacji: siedziba MCPU, ul. Rozrywka 1, Kraków

Celem jest podniesienie poziomu wiedzy z obszaru profilaktyki uzależnień oraz nauka i utrwalenie podstawowych umiejętności społecznych, jako czynników chroniących w przeciwdziałaniu uzależnieniom.

II. „Mądry nastolatek”

Wtorek: 19 i 26 stycznia w godz. od 9.00 do 13.00.

Program skierowany jest do **uczniów szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych.**

Ilość uczestników: minimalnie 8, maksymalnie 20 uczestników.

Miejsce realizacji: siedziba MCPU, ul. Rozrywka 1, Kraków

Celem jest ograniczenie używania substancji psychoaktywnych wśród uczniów krakowskich szkół poprzez podniesienie poziomu wiedzy z obszaru profilaktyki uzależnień oraz nauka i utrwalenie podstawowych umiejętności społecznych, jako czynników chroniących w przeciwdziałaniu uzależnieniom.

III. „Trening asertywności”

Środa: 26 stycznia w godz. od 13.00 do 17.00.

Program skierowany jest do **uczniów szkół gimnazjalnych i szkół ponadgimnazjalnych**.

Ilość uczestników: minimalnie 8, maksymalnie 20 uczestników.

Miejsce realizacji: siedziba MCPU, ul. Rozrywka 1, Kraków

Celem jest rozwijanie umiejętności stosowania wśród młodzieży szkolnej zachowań asertywnych. Wykorzystanie umiejętności stosowania zachowań asertywnych ma na celu utrwalenie się tego typu zachowań jako czynników chroniących w przeciwdziałaniu uzależnieniom, a także jest odpowiedzią na potrzeby rozwojowe młodzieży.

IV. „Emocjo- chcę Cię poznać”

Czwartek: 21 i 28 styczeń w godz. od 9.00 do 13.00.

Program skierowany jest do **uczniów szkół podstawowych, dla dzieci w wieku 10 – 13 lat**.

Ilość uczestników: minimalnie 8, maksymalnie 20 uczestników.

Miejsce realizacji: siedziba MCPU, ul. Rozrywka 1, Kraków

Celem jest nabycie przez dzieci umiejętności nazywania emocji, poznania nowych emocji, odróżniania ich od siebie. Podczas zajęć dzieci będą nabywały umiejętności rozpoznawania emocji u siebie i u innych osób. Sprzyja to rozwojowi kompetencji społecznych.

V. „Jak radzić sobie ze stresem?”

Piątek: 22 i 29 stycznia w godz. od 9.00 do 13.00.

Program skierowany jest do **uczniów szkół gimnazjalnych i szkół ponadgimnazjalnych**.

Ilość uczestników: minimalnie 10, maksymalnie 30 osób.

Miejsce realizacji: siedziba MCPU, ul. Rozrywka 1, Kraków

Celem jest rozwijanie umiejętności radzenia sobie ze stresem, jako czynnika chroniącego w przeciwdziałaniu uzależnieniom, w kontekście podejmowania przez młodzież zachowań ryzykownych.

VI. „Efekt motyla”

Czwartek: 28 stycznia, w godz. od 16.00 do 18.00

Program szkolenia skierowany jest do **uczniów szkół gimnazjalnych i szkół ponadgimnazjalnych**.

Ilość uczestników: minimalnie 10, maksymalnie 30 osób.

Miejsce realizacji: siedziba MCPU, ul. Rozrywka 1, Kraków

Celem jest rozwijanie poczucia wpływu na własne życie oraz kształtowanie umiejętności podejmowania decyzji, zwłaszcza w kontekście planowania własnej przyszłości.

Szkolenia proponowane dla dorosłych:

I. „Jak zadbać o bezpieczeństwo uczniów w sieci?”

Wtorek: 19 stycznia w godz. od 14.00 do 17.00.

Szkolenie edukacyjno – informacyjne dla **nauczycieli, pedagogów i psychologów szkolnych**. Obejmuje jedno spotkanie dotyczące bezpiecznego korzystania z Internetu i komputera przez dzieci i młodzież.

Grupa odbiorców: Program skierowany jest do nauczycieli uczniów szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych.

Ilość uczestników: min. 5, max. 20 osób.

Miejsce realizacji: siedziba MCPU, ul. Rozrywka 1, Kraków.

Celem jest podniesienie poziomu wiedzy o tym w jaki sposób zadbać o bezpieczeństwo dzieci w sieci.

II. „Jak zadbać o bezpieczeństwo dzieci w sieci?”

Czwartek: 21 stycznia, w godz. od 13.00 do 15.00

Szkolenie edukacyjno – informacyjne **dla rodziców i opiekunów uczniów**. Obejmuje jedno spotkanie dotyczące bezpiecznego korzystania z Internetu i komputera przez dzieci.

Grupa odbiorców: Program skierowany jest do rodziców uczniów szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych.

Ilość uczestników: min. 5, max. 50 osób.

Miejsce realizacji: siedziba MCPU, ul. Rozrywka 1, Kraków.

Celem jest podniesienie poziomu wiedzy o tym w jaki sposób zadbać o bezpieczeństwo dzieci w sieci.

III. "Bezpieczny dialog"

Szkolenie edukacyjno – informacyjne dla **nauczycieli, pedagogów i psychologów szkolnych**. Obejmuje jedno spotkanie dotyczące bezpiecznego korzystania z Internetu i komputera przez dzieci i młodzież.

Środa: 20 i 27 stycznia, w godz. od 9.00 do 13.00

Grupa odbiorców: nauczycieli, pedagogów i psychologów szkolnych, a także wychowawców placówek opiekuńczych, wychowawczych, socjoterapeutycznych i resocjalizacyjnych.

Ilość uczestników: min. 5, max 20

Miejsce realizacji: siedziba MCPU, ul. Rozrywka 1, Kraków

Celem jest poszerzenie wiedzy i umiejętności dydaktycznych i osobowościowych w zakresie profilaktyki uzależnień, z elementami praktycznego treningu.