

DOROŚLI



Centrum
Rozwoju Rodziny
w Zabrzu



WSPARCIE DLA DOROSŁYCH

❖ WARSZTATY RODZICIELKIE

- Warsztaty dotyczące funkcji rodzicielskich
- Prowadzone przez psychologa i pedagoga

6 spotkań

❖ GRUPY SAMOPOMOCOWE

- Grupa uczestników ukierunkowana na dawanie sobie nawzajem pozytywnego i konstruktywnego wsparcia
- Grupa prowadzona pod nadzorem moderatora

6 spotkań

❖ NAUKA TWORZENIA WIĘZI

- Wyjścia do różnych miejsc kulturalno-sportowych.
- Udział wraz z dziećmi w warsztatach kreatywnych

Więcej informacji oraz zapisy w CENTRUM ROZWOJU RODZINY ul .Park Hutniczy 8
tel. (32) 630 32 33, e-mail crr@crr.miastozabrze.pl

„Czwartkowe Kawiarenki dla Rodziców”

w Centrum Rozwoju Rodziny, Park Hutniczy 8 w Zabrze

Start o godzinie: 17:00

Chcesz: Poszerzyć umiejętności z zakresu metod wychowawczych, radzenia sobie z trudnymi emocjami w rodzinie.

Chcesz: Zwiększyć swoją świadomość w zakresie komunikacji interpersonalnej i pełnienia swojej roli w rodzinie.

Chcesz: Wypracować zasady panujące w rodzinie dla komfortu wszystkich jej członków i radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych.

lub poprostu pogadać o rodzinie - wpadnij na kawę (1,5 - 2h)



- Spotkania 1 raz w tygodniu (w każde czwartkowe popołudnie).
- Otwarta grupa dzieląca się doświadczeniami i wspierająca się wzajemnie.
- Tematy i prowadzący: wg potrzeb.
- Zapisy: tel. 32 630 32 33, email: crr@miastozabrze.pl



CZWARTKOWE KAWIARENKI DLA RODZICÓW

HARMONOGRAM SPOTKAŃ

27.01.2022

Edukacja medialna/ekranowa- jak uchronić dziecko przed zagrożeniem w sieci

10.02.2022

Rozpoznawanie potrzeb i uczuć dziecka w różnych sytuacjach życiowych- jak radzić sobie z trudnymi emocjami /zachowaniami

24.02.2022

Poprawne prowadzenie dialogu w rodzinie

10.03.2022

Zajęcia z wykorzystaniem psychodramy- warsztaty dla uzyskania większej świadomości siebie i swojego świata

24.03.2022

Rozpoznawanie zaburzeń depresyjnych u dzieci i młodzieży

07.04.2022

Wyznaczanie granic i wymagań dzieciom

21.04.2022

Mindfulness dla dzieci i rodziców

