

Program warsztatów dla nastolatków „W stronę dojrzałości”

Dzień 1 12.02.2019 (wtorek, w godz. 16.30-19.30)

Wychowanie do życia w rodzinie: język emocji, uczucia, wartości, przyjaźń, miłość i szacunek.
Warsztaty psychologiczne.

Prowadzący: *Magdalena Szytk, mgr nauk o rodzinie, doradca życia rodzinnego, nauczyciel WDŻ i NPR, terapeuta zajęciowy*

Dzień 2 20.02.2019 (środa, w godz. 16.00-19.00)

Warsztaty piękna (wizaż i stylizacja) Dlaczego to takie ważne?
W stronę dojrzałości- świadectwo specjalnego gościa.

Prowadzący: *Marta Szczegodzińska, doradca kosmetyczny, wizażystka*
Beata Majcher, stylistka

Dzień 3 1.03.2019 (piątek, w godz. 16.00 -19.00)

Aspekty medyczne dojrzewania dziewcząt. Pierwsza wizyta u ginekologa. Dbanie o higienę intymną.
Odżywianie a płodność u nastolatków.

Prowadzący:

- *lek. Natalia Suszczewicz lekarz rezydent, w trakcie specjalizacji z ginekologii i położnictwa, instruktor naprotechnologii*
- *Agnieszka Motylewska- Kawalec, dietetyk klinicznym, z pasji doradca żywieniowy, a prywatnie mama trójki dzieci.*

Dzień 4 2.03.2019 (sobota, w godz. 10.00-13.00)

Internetowe zagrożenia. Niebezpieczne treści i działania (cyberprzemoc i seksting). Internetowy hejt. Kreowanie nierealistycznych wzorców.

Prowadzący: *Justyna Gliściak- Maciejak, psycholog dziecięcy*

Dzień 5 9.03.2019 (sobota, w godz. 10.00-13.00)

Jak rozmawiać z dzieckiem o dojrzewaniu? Jak budować relację z nastolatkiem?

Więź, która daje siłę... (wspólne warsztaty mamy z córką)

Prowadzący: *Elżbieta Bogdewicz, mgr nauk o rodzinie, nauczyciel, mediator rodzinny*

Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do zmiany kolejności tematów w programie warsztatów.