



**Magiczny  
Kraków**

## **Bezpłatne szkolenia w Miejskim Centrum Profilaktyki Uzależnień**

2017-08-27

**Bezpieczeństwo w sieci, sposoby radzenia sobie ze stresem, trening asertywności, akademie optymizmu - to tylko niektóre tematy szkoleń profilaktycznych zorganizowanych w czasie wakacji przez Miejskie Centrum Profilaktyki Uzależnień w Krakowie. Warsztaty były przeznaczone dla uczniów, rodziców i nauczycieli.**

- Podczas szkoleń będziemy wzmacniać czynniki chroniące przed podejmowaniem zachowań ryzykownych z obszaru sięgania po substancje psychoaktywne wśród dzieci i młodzieży oraz uzależnień behawioralnych. Każdy uczestnik zajęć będzie miał okazję nauczyć się radzić sobie ze stresem, być asertywnym oraz wzmacniać konstruktywnie poczucie własnej wartości i chronić się przed zagrożeniami - mówili organizatorzy.

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

Udział w szkoleniu można było zgłaszać pod numerem 12 411 41 21 wew. 115 lub drogą mailową na adres: [profilaktyka3@mcpu.krakow.pl](mailto:profilaktyka3@mcpu.krakow.pl).

Wszystkie szkolenia - bezpłatne - odbywały się w siedzibie MCPU, przy ul. Rozrywka 1 w Krakowie. Po zakończeniu szkolenia każdy uczestnik otrzymał certyfikat potwierdzający udział.

Szczegółowe informacje można znaleźć na stronie internetowej Miejskiego Centrum Profilaktyki Uzależnień w Krakowie [www.mcpu.krakow.pl](http://www.mcpu.krakow.pl).

### **Zobacz także:**

- [Harmonogram szkoleń \[PDF\]](#)