



**Magiczny
Kraków**

Wakacyjne szkolenia profilaktyczne organizowane przez MCPU

2023-08-30

Miejskie Centrum Profilaktyki Uzależnień w Krakowie zaprasza dzieci, młodzież, nauczycieli oraz rodziców do udziału w szkoleniach profilaktycznych. Szkolenia organizowane są w okresie wakacji, od 1 lipca do 31 sierpnia.

Tematyka szkoleń obejmuje obszary ważne dla zdrowia i dobrostanu psychicznego każdego człowieka m.in. poszerzenie umiejętności psychospołecznych, które są czynnikami chroniącymi przed uzależnieniami.

Dzieci i młodzież dowiedzą się m. in. jak budować odporność psychiczną, stosować zachowania asertywne, radzić sobie ze stresem, osiągać cele życiowe i konstruktywnie wyrażać oraz regulować emocje.

Rodzice i nauczyciele poszerzą swoją wiedzę w zakresie budowania relacji, komunikacji wspierającej rozwój dzieci oraz będą mogli zapoznać się ze skutecznymi metodami profilaktyki zachowań ryzykownych u dzieci i młodzieży np. w sytuacji sięgania po substancje psychoaktywne lub nadużywania cyfrowych mediów.

Szkolenia prowadzone będą przez psychologów, pedagogów i specjalistów psychoterapii uzależnień. Spotkania są bezpłatnie, prowadzone aktywnymi metodami.

- Harmonogram szkoleń [\[PDF\]](#)
- Regulamin [\[PDF\]](#)

Zapisy pod nr tel. **668 367 615** lub drogą elektroniczną pod adresem:
profilaktyka3@mcpu.krakow.pl.

Każdy uczestnik otrzyma certyfikat potwierdzający udział w szkoleniu. Szczegółowe informacje na temat programów znajdują się na stronie www.mcpu.krakow.pl, w zakładce Szkolenia profilaktyczne.