



Feryjne szkolenia z profilaktyki uzależnień

2022-01-30

Do dziś, 30 stycznia zapraszamy na szkolenia z zakresu profilaktyki uzależnień, realizowane przez Miejskie Centrum Profilaktyki Uzależnień w Krakowie. Szkolenia są bezpłatne, przeznaczone dla dzieci, młodzieży, nauczycieli i rodziców. Prowadzone będą online.

Tematyka szkoleń obejmuje obszary ważne dla zdrowia i dobrostanu psychicznego każdego człowieka, w tym naukę i rozwój umiejętności społecznych – jako czynnikami chroniącymi przed uzależnieniami. Dzieci i młodzież mogą dowiedzieć się m.in., jak budować odporność psychiczną, stosować zachowania asertywne, radzić sobie ze stresem, osiągać cele życiowe i konstruktywnie wyrażać emocje.

Z kolei rodzice i nauczyciele poszerzą swoją wiedzę z zakresu budowania relacji, komunikacji wspierającej rozwój dzieci, będą też mieć możliwość poznania metod profilaktyki zachowań ryzykownych u dzieci i młodzieży.

Szkolenia prowadzone są przez specjalistów psychoterapii uzależnień, psychologów i pedagogów.

Zapisywać się można telefonicznie: **668 367 615**, lub elektronicznie: profilaktyka3@mcpu.krakow.pl.

Każdy uczestnik otrzyma certyfikat potwierdzający udział w szkoleniu. Szczegółowe informacje na temat programów znajdują się na stronie internetowej mcpu.krakow.pl.

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