

## **AKADEMIA UWĄŻNEGO RODZICA FORUM PRZECIWI DEPRESJI** – bezpłatne szkolenia online

Szanowni Państwo,

Serdecznie zapraszam do zapoznania się z projektem realizowanym w ramach 17. Edycji kampanii Forum Przeciw Depresji.

Projekt obejmuje cykl spotkań edukacyjnych, adresowany do rodziców i opiekunów nastolatków, nauczycieli, grona pedagogicznego oraz wszystkich pracowników oświaty, którzy chcą pogłębić swoją wiedzę na temat potrzeb nastolatków, doskonalić komunikację z dziećmi i dowiedzieć się, jak rozpoznawać i jak reagować na kryzysy emocjonalne młodych osób oraz gdzie szukać wsparcia i pomocy. W jego ramach odbędą się 4 dwugodzinne warsztaty online skoncentrowane wokół następujących tematów:

✓ Spotkanie 1: ***Nastolatek - już nie dziecko, jeszcze nie dorosły***

16 października, godz. 18:30-20:30

Link do zapisów: <https://zwjr.clickmeeting.com/16-10-2024.../register>

✓ Spotkanie 2: ***Kryzys emocjonalny - jak rozpoznać, jak reagować i jak się nim nie zarazić.***

23 października, godz. 18:30-20:30

Link do zapisów: <https://zwjr.clickmeeting.com/23-10-2024-kryzys.../register>

✓ Spotkanie 3: ***Rozmowy, które wspierają***

30 października, godz. 18:30-20:30

Link do zapisów: <https://zwjr.clickmeeting.com/30-10-2024-rozmowy.../register>

✓ Spotkanie 4: ***Gdzie i kiedy szukać pomocy?***

6 listopada, godz. 18:30-20:30

Link do zapisów: <https://zwjr.clickmeeting.com/06-11-2024-gdzie-i.../register>

- ❖ Warunkiem uczestnictwa w szkoleniach jest deklaracja udziału we WSZYSTKICH spotkaniach danego cyklu. Tylko wtedy efekt edukacyjny, który gwarantujemy, będzie pełny i da realne wzmocnienie rodzicowi/opiekunowi nastolatka. Na każde wydarzenie należy zapisać się jednak osobno, poprzez wejście w odpowiedni link umieszczony powyżej.
- ❖ Warsztaty odbywać się będą na przełomie października i listopada, zawsze w godzinach popołudniowych (18:30-20:30), co tydzień. Warto zarezerwować sobie czas w dniach: 16.10, 23.10, 30.10 i 6.11.
- ❖ Udział możliwy jest po rejestracji, która jest obowiązkowa dla wszystkich uczestników.
- ❖ Jeżeli są Państwo zainteresowani, serdecznie zapraszam do zapisów.

Zaplanowane szkolenia mają niekomercyjny charakter, będą bezpłatne dla wszystkich uczestników, a jedyny ich cel to przekazanie wiedzy i praktycznych narzędzi do kontaktu z dzieckiem i nastolatkiem. Spotkania realizowane będą za pośrednictwem platformy ClickMeeting [Polskie Towarzystwo Suicydologiczne](#).