

KLUB MP4

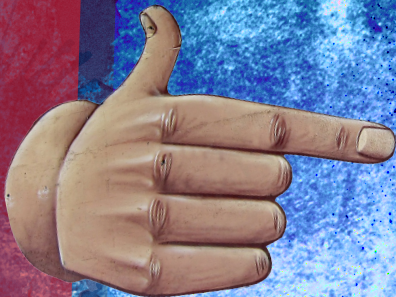


MP4 TO PROGRAM SKIEROWANY DLA MŁODZIEŻY W WIEKU MIĘDZY 14 A 21 LAT OBEJMUJĄCY CYKL 10 SPOTKAŃ Z CZEGO JEDNO TO DWUDNIOWY WYJAZD INTEGRACYJNY.

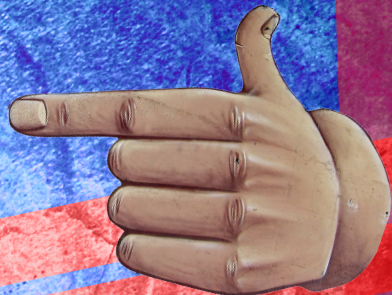
Zajęcia rozwojowe w programie prowadzone będą przez: psychologów, psychoterapeutów, terapeutów uzależnień, seksuologa.

TEMATYKA ZAJĘĆ:

- »» **Jak sobie radzić z trudnymi emocjami?**
- »» **Kiedy dużo internetu to za dużo?**
- »» **Wirtualna rzeczywistość - korzyści i zagrożenia.**
- »» **Alkohol, narkotyki?**
- »» **Czym ryzykujesz, jakie możesz ponieść konsekwencje.**
- »» **(Warsztaty obejmują zabawę z Narko - i Alkogoglami)**
- »» **Jak widzę siebie, jak widzą mnie inni?**
- »» **Jak dbać o swoją samoocenę?**
- »» **Asertywna komunikacja -**
- »» **Jak być sobą nie krzywdząc innych?**
- »» **Jak zostawić coś po sobie?**
- »» **Wyrażanie siebie poprzez sztukę.**
- »» **Spotkanie z seksuologiem.**



KLUB MŁODZIEŻOWY MP4



MASZ 14-21 LAT

NIE DOGADUJESZ SIĘ Z KUMPLAMI

WKURZA CIĘ ŚWIAT,
a zwłaszcza starsi, szukasz dla siebie ciekawego
miejsca, gdzie poznasz ludzi w swoim wieku;
interesuje Cię rozwój umiejętności przydatnych
w życiu; chcesz rozwinąć swoje możliwości
komunikowania się z innymi

EKSPERYMENTUJESZ Z ALKOHOLEM ALBO NARKOTYKAMI

SIEDZISZ GODZINAMI PRZED KOMPUTEREM LUB TELEFONEM

POSZUKUJESZ SENSU ŻYCIA

ZGŁOŚ SIĘ DO PROGRAMU MP4
Możesz przyjść z koleżanką lub kolegą.
Zapraszamy!!! Znajdziesz tu coś dla siebie

**MP4 TO PROGRAM ,KTÓRY OBEJMUJE CYKL 10 SPOTKAŃ
Z CZEGO JEDNO TO DWUDNIOWY WYJAZD.
PO WIĘCEJ SZCZEGÓLÓW DZWOŃ, PISZ:**

MAIL: KONTAKT@UZALEZNIENIA.SIEMIANOWICE.PL

TEL. 606 699 674

