

## ZAPROSZENIE

dla rodziców dzieci narażonych na problem uzależnienia

**Szanowny Rodzicu,**

Zapraszamy do bezpłatnego udziału w projekcie „Edukacja rodziców w zakresie problemu uzależnień” realizowanym przez Stowarzyszenie Zdrowi-MY.

W jego ramach prowadzimy:

- **bezpłatną grupę terapeutyczną** dla rodziców dzieci narażonych na problem uzależnienia, oraz
- **bezpłatne warsztaty psychoedukacyjne** dla rodziców dzieci narażonych na problem uzależnienia.

Do kogo kierujemy naszą ofertę?

- Do rodzica, którego dzieci są narażone na problem uzależnienia,
- Do rodzica, który chciałby lepiej rozumieć siebie i swoje dziecko oraz doświadczać głębszej relacji z nim,
- Do rodzica, który chce zmiany w rodzinie,
- Do rodzica, który pragnie czuć się mniej osamotniony w swoich trudnościach.

Okres dojrzewania to czas obfitujący w zmiany w życiu każdego człowieka – pojawiają się zmiany fizyczne, emocjonalne, poznawcze oraz społeczne. Czas ten wiąże się również z różnymi wymaganiami i wyzwaniem społecznymi, z którymi młodzi ludzie zmuszeni są się zmierzyć. Zdarza się, że wśród tych różnych głosów ze strony otoczenia – rodziców, rówieśników, idoli, nauczycieli – nastolatki zaczynają gubić swój własny. Nic dziwnego! Na razie jedynie próbują się w roli dorosłego. Jest to też czas intensywnych zmian w relacjach nastolatków z rodzicami, którzy również mogą się poczuć zagubieni podczas burzliwego okresu dojrzewania ich dziecka.

Jak to pogodzić? Co z tym zrobić? Gdzie szukać wsparcia?

**Wierzmy, że udział w naszym projekcie pozwoli znaleźć odpowiedzi na powyższe pytania.**

Szczegóły znajdą Państwo na załączonych ulotkach.

W ramach warsztatów możliwy jest udział w poszczególnych częściach.

Zapraszamy,

Małgorzata Ignaszak – prezes Stowarzyszenia Zdrowi-MY

Marika Witkoś – wiceprezes Stowarzyszenia Zdrowi-MY

Kontakt:

Sekretarz Stowarzyszenia Zdrowi-MY - Magdalena Ignaszak - 784737972

Strona internetowa: [www.zdrowi-my.pl](http://www.zdrowi-my.pl)

Znajdź i polub nas na facebook'u!

Projekt jest realizowane przez **Stowarzyszenie Zdrowi-MY**.

**Współfinansowany przez Miasto Poznań.**

**Stowarzyszenie Zdrowi-My to organizacja pozarządowa zajmująca się promocją zdrowia psychicznego i zapobieganiem powstawaniu zaburzeń psychicznych. Naszym celem jest minimalizowanie ich skutków wśród dzieci, młodzieży oraz dorosłych.**

Aktywnie walczymy z depresją, zaburzeniami lękowymi, nastroju, odżywiania, uzależnieniami, niskim poczuciem własnej wartości, które utrudniają codzienne życie i pozbawiają radości z niego płynącej.

Stowarzyszenie inicjuje, wspiera i dostarcza kompleksową pomoc psychologiczną osobom zagrożonym niedostosowaniem społecznym oraz doświadczającym trudności natury psychicznej - dla osób cierpiących oraz potrzebujących wsparcia. Naszą misją jest szerzenie idei dbania o zdrowie, nie tylko fizyczne, ale i psychiczne. Podejmowane przez nas działania mają na celu stworzenie umiejętności umożliwiających wsłuchanie się z troską w samego siebie, swoje potrzeby i sięganie po sposoby ich zaspokajania.

Stowarzyszenie współpracuje nie tylko z osobami doświadczającymi zaburzeń psychicznych, ale również z ich rodzinami, a także prowadzi oddziaływania w szerszym kontekście - środowiska społecznego, pracy i szkoły.



STOWARZYSZENIE  
**ZDROWI - MY**

Stowarzyszenie Zdrowi-MY  
ul. Świebodzińska 34, 60- 162 Poznań  
NIP 7792449652  
KRS 36584179700000  
[www.zdrowi-my.com.pl](http://www.zdrowi-my.com.pl)