

# AKADEMIA RODZICÓW NASTOLATKA

Wyzwania i możliwości



bezpłatny program  
specjalistycznej pomocy i wsparcia



## DLA KOGO?

rodziców i opiekunów  
uczniów klas 6-8 szkół  
podstawowych oraz  
uczniów szkół  
ponadpodstawowych  
na terenie m. st.  
Warszawy



## CEL?

wzmocnienie wiedzy  
i umiejętności  
opiekunów/ rodziców  
w zakresie budowania  
zdrowych relacji z  
osobami nastoletnimi,  
aby lepiej je zrozumieć  
i wspierać



## KTO?

psychologowie,  
pedagodzy,  
psychoterapeuci  
z dużym  
doświadczeniem w  
zakresie pracy  
z rodzicami

## ZAPISY I INFORMACJE

+22 499 37 33

<https://tiny.pl/cdc48>



## CO OFERUJEMY?



### Seminaria

10 trzygodzinnych  
spotkań on-line dla  
rodziców i opiekunów  
prawnych wraz  
z materiałami



### Warsztaty

4 jednodniowe  
warsztaty,  
realizowane na żywo,  
stacjonarnie, przez  
dwóch trenerów



### Konsultacje

75 indywidualnych  
konsultacji  
rodzicielskich  
realizowanych  
on-line



### Grupa wsparcia

1 grupa wsparcia dla  
rodziców i opiekunów  
nastoletnich dzieci  
(w sumie 16 godzin)



### Materiały

zbiór wszystkich  
materiałów  
omawianych na  
seminariach



### Podcasty

13 podcastów  
skierowanych  
do rodziców  
nastoletnich dzieci



[www.facebook.com/  
akademiarodzicownastolatka](https://www.facebook.com/akademiarodzicownastolatka)



projekt finansuje  
miasto stołeczne  
Warszawa