

Aicina uz nodarbībām pusaudžu vecākus



Saulkrastu Bērnu un jauniešu dienas centrs „Saulespuķe” sadarbībā ar Saulkrastu sociālo dienestu piedāvā pusaudžu vecākiem apgūt jaunas prasmes un zināšanas apmācību programmā „Ceļvedis audzinot pusaudzi” (CAP).

Programmas ietvaros vecāki iegūs labāku izpratni par sava pusaudža vecumposma īpatnībām, iemācīsies pieņemt tās un veidot veselīgu komunikāciju ar savu bērnu.

Programma ietver 10 nodarbības:

1. Ievads CAP programmā.
2. Pusaudžu un vecāku tiesības, pienākumi un atbildība.
3. Vecāku un pusaudžu savstarpējās attiecības un komunikācija.
4. Veselīgs dzīvesveids.
5. Pusaudžu seksualitāte.
6. Pusaudžu sociālās prasmes.
7. Emociju pšaregulācija.
8. Disciplinēšana.
9. Dzīves prasmes.
10. Rūpes par sevi.

Katra nodarbība ilgst 2 - 2,5 stundas.

Nodarbības vada Saulkrastu Bērnu un jauniešu dienas centra „Saulespuķe” vadītāja Ingūna Feldmane un Zvejniekciema vidusskolas sociālais pedagogs Sigita Klieidere.

Apmācību programma CAP izstrādāta nodibinājumā „Centrs Dardedze”, sadarbībā ar Rīgas Sociālā dienesta speciālistiem 2013.gadā un ir vienīgā šāda veida apmācību programma pusaudžu vecākiem Latvijā. 2013. gadā vienas no pirmajām Latvijā ieguvām sertifikātu vadīt šīs grupas, to divus gadus veiksmīgi darām savā pašvaldībā Saulkrastu novadā.

Nodarbības plānotas otrdienās vai ceturtdienās (pēc vienošanās) no plkst. 18.00- 20.30 Bērnu un jauniešu dienas centrā “Saulespuķe”, Raiņa ielā 7, Saulkrastos.

Pirmā tikšanās 3.martā plkst.18.00.

Pieteikties pa tālruni: Ingūna Feldmane 29445270, Sigita Klieidere 29998115, vai rakstīt: inguna.feldmane@saulkrasti.lv.