



## **PORADNIA PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNA NR 3**

01-513 Warszawa, ul. Felińskiego 15, tel. 22 277 22 10, 22 277 22 18

### **ZAPROSZENIE NA ZAJĘCIA**

#### **„ Jak radzić sobie ze stresem egzaminacyjnym”**

**DLA UCZNIÓW VIII KLASY SZKOŁY PODSTAWOWEJ**

oraz

**DLA UCZNIÓW III KLASY GIMNAZJUM**

Zajęcia odbędą się w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej nr 3, ul. Felińskiego 15, w terminach: **21.02.2019** r. w godzinach 16.00–18.00 i **22.02.2019** r. w godzinach 15.00–17.00 (JEDEN TERMIN DO WYBORU) – pokój 116.

Prowadzić je będą psychologowie: Izabela Bielińska-Luft i Małgorzata Szewczyk-Dubiel.

Podczas zajęć uczniowie będą mieć możliwość poznania i „poćwiczenia” technik pomagających opanować zdenerwowanie i lęk oraz wzmocnić skuteczne sposoby radzenia sobie ze stresem w nauce.

Zainteresowanych tą tematyką uczniów zapraszamy do zapisywania się telefonicznego w sekretariacie Poradni **tel. 22 277 22 10, 22 277 22 18** w godzinach 8-19 ( z wyjątkiem sobót). Listy zapisu będą dostępne do 05.02.2019 r.

Rodziców zainteresowanych uczniów prosimy o wypełnienie i dostarczenie przed zajęciami wniosku o objęcie terapią lub zajęciami specjalistycznymi. Jest on dostępny do pobrania na stronie poradni [www.poradnia-nr3.pl](http://www.poradnia-nr3.pl) w zakładce „druki do pobrania”.