



ZAPRASZAMY

warsztaty uważności w edukacji dla uczniów
klas pierwszych szkół podstawowych

„KOSMOS I KAJO ”

Terminy spotkań:

Czwartki w godzinach 14.15- 15.15

10 spotkań:

KWIECIEŃ: 7, 14, 21, 28

MAJ: 5, 12, 19, 26

*(jeśli będzie taka potrzeba przedłużymy zajęcia o dwa spotkania:
1 czerwca, 9 czerwca);*

Prowadząca:

Aleksandra Banasiewicz-Tenerowicz – psycholog, Trener Warsztatu i Umiejętności Psychospołecznych w PTP, instruktor programu Uważność w edukacji "Kosmos i Kajo" J. Wowczak i K. Kowalskiej-Bębas

Dla kogo zajęcia:

Pierwszeństwo zapisu na zajęcia mają dzieci, które były badane w Poradni. Obowiązkowo na każde zajęcia dziecko przychodzi z własną karimatą. Rodzic/e zobowiązują się do pomocy dziecku - wykonywanie kilku podanych ćwiczeń w domu.

Spotkania obejmują: ćwiczenia na odreagowanie i elementy jogi dla dzieci, ćwiczenia oddechowe i uważności oraz elementy edukacji emocjonalno-społecznej.

Jak zapisać dziecko?

Wniosek o objęcie dziecka terapią lub zajęciami specjalistycznymi (druk dostępny w sekretariacie i na stronie internetowej Poradni w zakładce „druki do pobrania”) należy wypełnić i przesłać na adres aleksandrabanasiewicz@eduwarszawa.pl
Nabór uczestników trwa do 22 marca 2022 roku.

Informacje o kwalifikacji na zajęcia rodzice otrzymają mailowo najpóźniej dnia **29 marca 2022** roku.