

**ZDRAVO ODRASTANJE**

**Radionice za djecu i mlade**

**1)** **Tko sam ja? (Razvoj i izgradnja slike o sebi)** **(06.04.)**

Tko sam i kuda idem – pitanje je koje muči gotovo svakog drugog tinejđera; problemi karakteristični za razvojno razdoblje na prelasku iz djetinjstva u odraslu dob; definiranje i izgradnja vlastitog identiteta i pozitivne slike o sebi.

**2) Kako poboljšati odnose s drugima?** **(13.04.)**

Kako živjeti život kakav želimo – zadovoljiti sve svoje potrebe i pri tome ostati blizak s roditeljima, prijateljima, profesorima. Naučiti kako brže i djelotvornije zadovoljiti vlastite potrebe i uspostaviti konstruktivnu interakciju s ljudima iz svoje okoline.

**3) Kako se zaštititi od ovisnosti?** **(20.04.)**

Kako se oduprijeti pritisku vršnjaka, kako kvalitetno organizirati slobodno vrijeme; koja su djeca rizična za razvoj ovisnosti; koje su fizičke i psihičke posljedice konzumacije opojnih sredstava.

**4) Kako reći ne i ne osjećati se loše?** **(27.04.)**

Naučiti reći NE vrlo je moćna, ali ne i lagana stvar, roditelji su vas učili da morate biti pristojni prema ljudima? Ali, ako pristajete činiti stvari koje vam ne odgovaraju, vrijeme je da naučite reći NE. Ne trebamo reagirati na svaki mig, misleći kako će nas drugi voljeti više ako pristajemo učiniti sve što od nas traže.

**Vrijeme održavanja radionica:** **od 17.15-18.45 sati**

**Voditeljica radionica:** **Nataša Čošić, prof. rehabilitator**

**Mjesto održavanja: OŠ „Vladimir Nazor“, Ulica Franje Marinića 9, Slavonski Brod**

Sve su aktivnosti **BESPLATNE!!!**

Projekt financira **Ministarstvo zdravlja**

**Informacije i prijave:** tel: 01/6310 389 ili na e-mail: [info@centar-sirius.hr](mailto:prijave@centar-sirius.hr)

