

Ku dorosłości

Dział Profilaktyki OPiTU

adres: ul. Chrzanowskiego 3/5, 81-338 Gdynia

tel: +48 518 014 959

e-mail: profilaktyka@opitu.pl

www: www.zdrowagdynia.pl

Forma

Warsztaty grupowe dla nastolatków

Dla kogo

nastolatki w wieku 15-19 lat

Ograniczenia wiekowe

15-19 lat

Okres trwania

11 tygodni

Dni i godziny

wtorki w godz. 11-13 (start: wakacje)

Wskazówki

Podczas zajęć uczestnicy będą mieli możliwość m.in. zdobycia wiedzy na swój temat, poznania nowych rówieśników, nauki stawiania sobie i realizowania celów, rozwijania umiejętności komunikacyjnych, nauki zarządzania emocjami, nauki asertywności oraz rozpoznawania swoich granic.