

uniezależniamy



Zadanie współfinansowane
ze środków miasta Wrocław
www.wroclaw.pl

“Uzależnienia? **To nie my!**”

Drodzy Rodzice!

Fundacja PozyTYwka serdecznie zaprasza na **bezpłatne webinary** dla wszystkich zainteresowanych zdrowym rozwojem swoich dzieci, wspieraniem ich w podejmowaniu mądrych decyzji i chronieniem przed zagrożeniami i zachowaniami ryzykownymi.

Webinary będzie można obejrzeć na żywo **24 maja 2025r.** według poniższego harmonogramu.

Już teraz możecie Państwo zgłosić się do udziału.

Osoby zapisane przez formularz otrzymają przypomnienie o wybranych webinarach i bezpośredni link do transmisji na swojego maila. Na życzenia będą miały również możliwość uzyskania imiennego zaświadczenia o udziale.

Link do formularza ➔ [Kliknij, aby przenieść się do formularza online](#)

Dla tych, którzy nie będą mogli uczestniczyć w wydarzeniu na żywo, udostępnimy link do odtworzenia webinarów.

Szczegółowy opis webinarów znajdziecie Państwo na kolejnej stronie.

HARMONOGRAM

10.30-11.30 – Uzależnienia od substancji psychoaktywnych – Pytania i Odpowiedzi (Q&A)

Prowadząca: Anna Kulbińska, psycholożka, specjalistka psychoterapii uzależnień

https://youtube.com/live/NPs8_RCb3pU?feature=share

11.45-12.45 – Dzieci bezpieczne w sieci – jak wspierać i edukować, by zachować cyberbezpieczeństwo?

Prowadząca: Magdalena Kot, pedagożka, socjoterapeutka

<https://youtube.com/live/RWApSZ-GbZk?feature=share>

13.30-14.30 – Uzależnienia behawioralne – Pytania i Odpowiedzi (Q&A)

Prowadząca: Amelia Wałczyk, psycholożka, psychoterapeutka

<https://youtube.com/live/T8Pb1zsYJOY?feature=share>

14.45-15.45 – Depresja, autoagresja, samobójstwa - jak wspierać i jak chronić dzieci?

Prowadzący: Kazimierz Żdziebło, psycholog, psychoterapeuta

<https://youtube.com/live/z32fhR6LYYk?feature=share>

Projekt odbywa się w ramach kampanii "uNIEzależniaMY! UzależNIEnia? To nie MY" współfinansowanej ze środków Miasta Wrocław

1. Uzależnienia od substancji psychoaktywnych – Pytania i Odpowiedzi

Uzależnienia od substancji psychoaktywnych takich jak alkohol, nikotyna czy narkotyki, stanowią ogromne zagrożenie dla dzieci i młodzieży od bardzo wczesnych lat. Naturalna rozwojowa tendencja do eksperymentowania i doświadczania łączy się z rosnącym wpływem grupy rówieśniczej i podatnością na jej presję. Jak rozpoznać, że dziecko eksperymentuje z substancjami psychoaktywnymi i kiedy zacząć działać? Podczas webinaru porozmawiamy o najczęstszych zagrożeniach związanych z alkoholem, nikotyną i narkotykami oraz o tym, jak rozmawiać z dziećmi, by skutecznie je chronić. Specjalistka psychoterapii uzależnień odpowie na pytania rodziców i podpowie, na co zwracać uwagę oraz jak wspierać dziecko w kluczowych momentach.

2. Dzieci bezpieczne w sieci – jak wspierać i edukować, by zachować cyberbezpieczeństwo?

Podczas webinaru rodzice dowiedzą się, jak zadbać o bezpieczeństwo dziecka w internecie i świadomie wspierać je w cyfrowym świecie. Podpowiemy, jak rozmawiać o zagrożeniach online, jak ustalać zasady i korzystać z narzędzi kontroli rodzicielskiej. Webinar pomoże rodzicom budować i wzmacniać cyfrowe kompetencje dziecka i chronić przed czyhającymi w sieci pornografią, cyberbullingiem, patoinfluencerami czy oszustwami. Prowadząca wyjaśni zagadnienia, które często dla rodziców, mniej zorientowanych w internecie, niż ich dzieci, mogą brzmieć nieznajomo i niezrozumiale, ale które warto znać i zwracać na nie uwagę.

3. Uzależnienia behawioralne – Pytania i Odpowiedzi

Czym są uzależnienia od telefonu, gier, mediów społecznościowych, hazardu i jak je rozpoznać u dziecka? W czasie webinaru ekspertka odpowie na najczęstsze pytania rodziców dotyczące zachowań na granicy uzależnienia i pierwszych sygnałów problemu. Rodzice dowiedzą się, jak wspierać dziecko, chroniąc przed uzależnieniami, jak mogą reagować, gdy zauważą problem, jak rozmawiać o tym z dzieckiem oraz kiedy należy udać się po specjalistyczną pomoc.

4. Depresja, autoagresja, samobójstwa — jak wspierać i jak chronić dzieci?

Psychoterapeuta z ogromnym doświadczeniem w pracy z dziećmi i młodzieżą opowie o tym, jak rozpoznawać sygnały kryzysu psychicznego u dziecka oraz jak mądrze reagować. Młodzi ludzie często maskują przeżywane trudności psychiczne buntem, a burzliwe zmiany związane z dojrzewaniem również mogą wprowadzać wątpliwości czy to, co dzieje się z dzieckiem jest normą rozwojową czy symptomem poważnych problemów. Rodzice dowiedzą się, jak rozmawiać z dzieckiem o emocjach, wspierać je w trudnych momentach i gdzie oraz kiedy szukać profesjonalnej pomocy. To spotkanie pomoże być uważnym, wspierającym dorosłym w sytuacjach, które mogą mieć ogromne znaczenie dla zdrowia i życia dziecka.