**„Instrukcja obsługi emocji - czyli niesamowita podróż po uczuciach”**

**Pałac Młodzieży w Bydgoszczy zaprasza na pierwsze w tym roku szkolnym warsztaty skierowane do rodziców: „Instrukcja obsługi emocji - czyli niesamowita podróż po uczuciach”.**

Spotkanie odbędzie się  **27 października 2021 r.** (środa) o godz. **16:30** w przestrzeni wirtualnej na platformie Microsoft Teams (online). Celem warsztatów jest wsparcie psychologiczne rodziców.

Każdego dnia człowiek doświadcza rozmaitych stanów uczuciowych - zarówno dorosły, jak i dziecko. Dlatego warto przyjrzeć się im bliżej - będzie to podróż, u której podstaw znajdą się praca mózgu, wychowanie oraz konkretne techniki pozwalające zrozumieć emocje i nauczyć sposobów radzenia sobie z nimi.

Zajęcia organizowane są przez Pałac Młodzieży w ramach Miejskiego Programu Wspierania Ucznia Zdolnego „Zdolni znad Brdy”, a poprowadzi je psycholog **Greta** **Haraś,** którapracuje w Pałacu Młodzieży oraz w Wojewódzkiej Poradni Zdrowia Psychicznego, gdzie zajmuje się diagnozą oraz terapią dzieci i młodzieży, prowadzi także Treningi Umiejętności Społecznych, a w wolnych chwilach wspiera zajęciami psychoedukacyjnymi seniorów.

Przewidywany czas spotkania - ok. **2 godziny dydaktyczne**.

W zgłoszeniu prosimy o podanie następujących danych:

- imię i nazwisko,

- nazwa placówki, do której uczęszcza dziecko,

- adres e-mail, na który zostanie wysłany link do spotkania.

**Udział w warsztatach jest bezpłatny!**

Zgłoszenia prosimy kierować do koordynatora programu „Zdolni znad Brdy” - Moniki Grzybowskiej (e-mail: m.grzybowska@palac.bydgoszcz.pl lub tel. 52 321 00 81 wew. 310).

Termin zgłoszeń upływa **25 października 2021 r.**