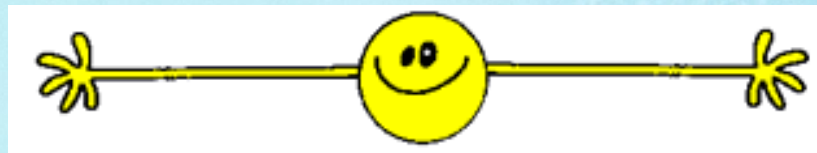


Projekty współfinansowane ze środków Samorządu Województwa Wielkopolskiego oraz Miasta Leszna



DLA KOGO?

Młodzieży w wieku od 11 do 22 r.ż z różnymi trudnościami, sytuacjami kryzysowymi (m.in. trudnościami powstałymi w związku z długotrwałą izolacją spowodowaną pandemią stanami depresyjnymi, przemocą, trudnościami wychowawczymi, zagrożeniem uzależnieniem od internetu, środków psychoaktywnych itp) oraz dla członków rodzin .

DZIAŁANIA W RAMACH PROJEKTU

Konsultacje/terapie indywidualne i terapie rodzinne - spotkania indywidualne i rodzinne dotyczące różnych trudności i problemów młodych osób oraz rodziców nastolatków - prowadzone przez terapeutę, specjalistę psychoterapii uzależnień - nabór stały

Grupa socjoterapeutyczna z elementami parateatru - dla młodzieży w wieku 11 do 20 r.ż

Na zajęciach masz okazję poznać siebie i swoje mocne strony, wyrazić siebie poprzez ruch, gest mimikę. Uaktywnić emocje poprzez pracę z ciałem, rozbudzić kreatywność, nauczyć się radzić sobie ze stresem. Realizacja pomysłów, wzajemne wsparcie, uważność na siebie i innych - to nasze wspólne cele.



Zajęcia w czwartki od 16.00 do 18.00

Dyżury interwencyjno-wspierające młode osoby i rodzice mogą uzyskać porady, wsparcie oraz informacje odnośnie dalszych możliwości uzyskania pomocy. **Wtorki i środy od 9.00 do 14.00**

Grupa socjoterapeutyczna dla młodzieży "Poznaj Siebie i Innych" – dla młodzieży od 11- 22 rż

Zajęcia mają na celu: poznanie swoich mocnych stron oraz pokonywanie ograniczeń, które przeszkadzają w realizacji celów, wzmocnienie poczucia własnej wartości, radzenie sobie ze stresem i trudnymi sytuacjami oraz emocjami np. złością, lękiem, smutkiem, wyrażania własnego zdania bez przemocy i inne

Zajęcia w czwartek od godz 18.00



Porady/ konsultacje on-line w internetowej poradni dla rodziców i młodzieży.

Zapraszamy do korzystania z pomocy i wsparcia w sytuacjach kryzysu - chesz pozostać anonimowy - NAPISZ!

adres: poradnia@alternatywa.leszno.pl



Wolontariat - Chcesz robić w życiu coś dobrego dla Innych, masz twórcze pomysły, to znaczy, że dobrze trafiłeś. Wolontariusze prowadzą zajęcia, biorą udział w organizowaniu i prowadzeniu akcji charytatywnych, pomocowych, udzielają korepetycje - chcesz być jednym z Nas - Zapraszamy :)

SZCZEGÓŁOWE INFORMACJE:

MŁODZIEŻOWE CENTRUM PROFILAKTYKI "ALTERNATYWA" ALEJE JANA PAWŁA II 6, LESZNO

zgłoszenia uczestnictwa: telefon: 65 529 74 94, tel. kom. 697983437 , konsultacje/ terapia 601564336

lub e-mail: nasza@alternatywa.leszno.pl

<https://www.facebook.com/pages/MCP-Alternatywa-Leszno/>