



Zespół praski Stowarzyszenia dla Rodzin ul. Ząbkowska 39, Warszawa

**OFERTA BEZPŁATNYCH ZAJĘĆ ON-LINE  
SPECJALISTYCZNEJ PLACÓWKI WSPARCIA DZIENNEGO  
PROWADZONEJ PRZEZ  
STOWARZYSZENIE DLA RODZIN  
W WARSZAWIE PRZY UL. ZĄBKOWSKIEJ 39.**

**Pomoc w odrabianiu pracy domowej**

Każdemu czasami potrzebna jest pomoc w nauce, zwłaszcza gdy zajęcia odbywają się przez Internet, dlatego oferujemy pomoc w odrabianiu pracy domowej, pomoc w nauce. Są to spotkania indywidualne, mogą być jednorazowe lub regularne – w zależności od indywidualnych potrzeb dziecka. Z zajęć można skorzystać od poniedziałku do piątku w godzinach 14:00-18:00.

**Gry fabularne (role playing games)**

Gra towarzyska oparta na narracji, w której gracze wcielają się w role fikcyjnych postaci. Cała rozgrywka toczy się w fikcyjnym świecie, istniejącym tylko w wyobraźni grających. Jej celem jest rozegranie gry według zaplanowanego scenariusza i osiągnięcie określonych celów, przy zachowaniu wybranego zestawu reguł, zwanego mechaniką gry. Gry fabularne, rozwijają wyobraźnię, empatię, umiejętności pracy w zespole, umiejętność rozpoznawania swoich mocnych i słabych stron. Są też świetną alternatywą dla elektronicznej rozrywki, ponieważ gra toczy się poza światem wirtualnym, choć posiada elementy grywalizacji, rozwoju wykreowanych przez siebie postaci oraz możliwość zanurzenia się w fantastycznym świecie rodem z książek o Harrym Potterze.

Cykl trwania zajęć zależy od możliwości i chęci uczestnictwa graczy. Standardowo rozgrywa się 1 sesję tygodniowo, trwającą od 3 do 4 godzin. Od 3 do 5 sesji tworzy kampanię. Jedna kampania trwa w przybliżeniu 14 godzin. Po zakończeniu jednej kampanii można rozegrać kolejną.

**Orto-grafika**

Zajęcia pozwalają w miły i łatwy sposób zapoznać się z zasadami rządzącymi polską ortografią. Pomagają w łatwiejszym zapamiętywaniu, pobudzają wyobraźnię. Pomagają nabyć umiejętności pracy zespołowej. Ćwiczą koncentrację, trenują pamięć oraz pobudzają skojarzenia. Cykl 30 zajęć. Spotkania odbywają się raz w tygodniu we środy od 16:00. Zajęcia trwają 45 minut.

**Kwarantanna a social media**

Warsztat na temat tego jak wpływa na nas obecna sytuacja, a także co oferują social media. A także odpowiedź na pytania: Jakie mamy znane aplikacje i portale wśród młodzieży? Co warto wiedzieć i jak z nich korzystać? Czas trwania 40-60min. Zajęcia odbywają się we czwartek od 16:00.

**Wizerunek w sieci a rzeczywistość**

Warsztat na temat wizerunku kreowanego w sieci. Zdobyć odpowiedzi na wiele pytań m.in. Czy znani Influencerzy wiodą bajeczne życie? Jak wpływają na nas reklamy i co powoduje, że chcemy taki a nie inny produkt? Czy w Internecie można stworzyć własną markę? Zajęcia odbywają się we czwartek od 16:00.

**Jak wzmocnić swoją odporność psychiczną?**

Na co dzień spotykają nas różne przykrości, cierpienia. Jak stawić czoła problemom? Jak wyrobić w sobie hart ducha? Jak wskazują badania - odporność psychiczną można wzmocnić. Warsztat pokaże techniki i metody, które przyczyniają się do zwiększenia odporności psychicznej. Zajęcia odbywają się we czwartek od 16:00.

**Kreatywne planowanie - podstawy tworzenia bullet journal.**



Zespół praski Stowarzyszenia dla Rodzin ul. Ząbkowska 39, Warszawa

Zajęcia dla osób które chcą się nauczyć efektywnego planowania i zarządzania swoim czasem przy jednoczesnej dobrej zabawie i rozwinięciu kreatywności. Bullet journal pomaga w realizacji celów krótko- i długoterminowych, będzie twoim drogowskazem podczas nauki w domu. Po ukończeniu kursu będziesz dysponował zindywidualizowanym planerem który będzie cię wspierał w realizowaniu zadań szkolnych i nie tylko.

Czas trwania: 15h, spotkania co tydzień przez 90 minut (10 spotkań), zajęcia odbywają się w piątki od 16:00 (godziny mogą ulec zmianie).

**Konsultacje psychologiczne / pedagogiczne / wychowawcze / logopedyczne (dla dzieci)**

Z udziału w konsultacjach mogą skorzystać rodzice, dzieci, młodzież, osoby w kryzysach.

Konsultacje odbywają się w poniedziałki, wtorki, środy i czwartki w godzinach popołudniowych.

Start zajęć od 16 listopada.

**Zapisy:**

e-mail: [Sdr.baza@gmail.com](mailto:Sdr.baza@gmail.com)

Tel: 696 509 924

We wtorki i czwartki od 10-15 przyjmujemy również zgłoszenia telefonicznie pod numerem: 22 619 42 67.

Zachęcamy do udziału!

Zespół Praski Stowarzyszenia dla Rodzin