



Fundacja
Słonie
na Balkonie

Oferta warsztatów profilaktycznych

2023/2024

Dla uczniów

Myśl przewodnia

 bezpieczeństwo

 inne

 komunikacja

 emocje

 inspirujące

 zdrowie

Nerwy w konserwy!

klasa I-III

stacjonarne

zdalne



Warsztat o złości

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Dlaczego złość jest normalna i potrzebna?
- Po czym poznać, że ktoś czuje złość?
- Co wywołuje największą złość i jak sobie z tym radzić?
- Jak bezpiecznie powiedzieć lub pokazać komuś, że jest się złym?
- Jak wygląda czyjaś wściekłość i jak na nią reagować?

Nie wszystko złoto co się świeci.

klasa I-VIII

stacjonarne

zdalne



Warsztat przedstawiający zagrożenia multimedialne

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Jakie są sposoby spędzania wolnego czasu?
- Co to są pożeracze czasu?
- Czy mogę to oglądać?
- PEGI, czyli co?
- Po czym poznać, że ktoś jest uzależniony od telefonu / tv / komputera

Płotka w sieci.

Klasa I-VI

stacjonarne

zdalne



Warsztat profilaktyczny uwrażliwiający na konieczność bezpiecznego korzystania z internetu

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Jak dbać o swoje bezpieczeństwo w sieci?
- Jakie dane można zdradzać w internecie?
- Po co sprawdzać wiarygodność wirtualnych znajomych?
- Czy internet ma dobrą pamięć?
- Czy warto zamieszczać zdjęcia w sieci?
- W jaki sposób chronić prywatność w internecie?

O cyberprzemocy słów kilka.

klasa IV-VIII

stacjonarne

zdalne



Warsztat profilaktyczne dotyczący zjawiska cyberprzemocy

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Jakie zachowania można nazwać cyberprzemocą?
- Co zrobić gdy jest się ofiarą cyberprzemocy?
- Czy sprawca cyberprzemocy może stać się bezkarny?
- Jak reagować na sytuację krzywdzenia innych?
- Kogo i w jaki sposób prosić o pomoc?



Rozwiń skrzydła.

klasa I-VIII

stacjonarne



Warsztat rozwijający kreatywność

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Co to znaczy być utalentowanym?
- Jakie są moje zdolności?
- Co mi dobrze wychodzi i z czego mogę być dumny?
- Czy można mieć wiele talentów?
- Jakie są kreatywne zabawy?

Miękkie lądowanie po pandemii.

klasa I-VIII

stacjonarne



Warsztat o tym, jak wrócić do równowagi po czasie izolacji i zdalnej nauki

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Co wpływa na to jak się czujemy?
- Jak zadbać o nasze ciało, umysł i emocje?
- Co zrobić by odzyskać energię i chęć do działania po czasie izolacji?
- Dlaczego kontakt z innymi jest ważny?
- Jak odbudować naderwane relacje?

A my tu gadu gadu.

klasa IV-VIII

stacjonarne



Warsztat pogłębiający umiejętności komunikacyjne

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Czy można porozumieć się bez słów?
- Jak skutecznie przekazywać swoje myśli?
- Jak chwalić i krytykować?
- Dlaczego warto mówić o zachowaniu, a nie o osobie?
- Jak mówić o tym co się czuje?
- Jakie są pułapki komunikacyjne?

Każdy jest na wagę złota.

Klasa I-VI

stacjonarne



Warsztat zwiększający gotowość uczniów do postrzegania swojego zespołu klasowego jako wartości samej w sobie

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Jak żyć ponad podziałami w klasie?
- Po co współpracować?
- Jakie korzyści płyną z integracji zespołu klasowego?
- Czy inny oznacza gorszy?
- W jaki sposób wesprzeć odrzuconych?
- Czy każdy uczeń jest na wagę złota?

Dobrze widzi się tylko sercem.

klasa I-VIII

stacjonarne

zdalne



Warsztat rozwijający empatię i inteligencję emocjonalną

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Do czego przydaje się empatia?
- Po czym poznać co kto czuje?
- Jak zachowywać się wobec trudnych uczuć i sytuacji?
- Czego unikać, aby nie ranić innych?
- Czy każdy czuje tak samo i jak mówić o uczuciach?

Czy krokodyl może być koalą?

klasa I-III

stacjonarne



Warsztat o dobrej i złej przyjaźni

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Na czym polega przyjaźń?
- Czego można oczekiwać od prawdziwego przyjaciela?
- Czy są złe przyjaźnie?
- Co zrobić, kiedy zaprzyjaźnimy się z krokodylem?

Rówieśnika ten się wstydzi, kto sam siebie tylko widzi.

klasa I-VIII

stacjonarne

zdalene



Warsztat uwrażliwiający uczniów na potrzebę akceptacji i tolerancji swoich rówieśników w celu sprawnego funkcjonowania zespołu klasowego

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Czy mam prawo do wyrażania swoich myśli na temat innych?
- Jak to zrobić, aby nikogo nie skrzywdzić?
- Co utrudnia akceptację i szacunek wobec odmienności?
- Dlaczego warto przeciwstawiać się większości?

Jak współpracować, żeby nie zwariować?

klasa I-VIII

stacjonarne



Warsztat budujący umiejętności pracy zespołowej

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Współpraca czyli co?
- Jakie cechy ułatwiają i utrudniają współpracę?
- Co zrobić, gdy pojawi się rywalizacja?
- Jak przełknąć gorzki smak porażki?
- Po co ze sobą współpracować?

To nie są moje klimaty, nie chcę popaść w tarapaty.

klasa IV-VI

stacjonarne

zdalne



Warsztat wczesnej profilaktyki uzależnień koncentrujący się wokół problematyki świadomego wyboru grupy rówieśniczej

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Przyjaciół, czyli kto?
- Po co są przyjaciele?
- Kim jest prawdziwy przyjaciel?
- Jak odmówić przyjaźni z kimś, kto stanowi dla mnie zagrożenie?
- Czego nie wolno mówić nieznanym o sobie?
- Kogo prosić o pomoc?

Ucz się ucz, bo nauka to potęgi klucz...

klasa I-VIII

stacjonarne

zdalne



Warsztat ułatwiający proces uczenia się (zapamiętywania, przechowywania, odtwarzania)

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Jak się uczyć, aby wszystko zapamiętać i uatrakcyjnić proces?
- Mnemotechniki, czyli co?
- W jaki sposób dopasować techniki pamięciowe do przedmiotów szkolnych?
- Czy powtórki mają sens i jak to wszystko sobie przypomnieć?

U & U – Uwaga uważność!

klasa I-IV

stacjonarne



Trening samoświadomości

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Czy ciało współpracuje z emocjami i w jaki sposób?
- Czy umiem sam się wyciszyć i uspokoić?
- Co zrobić by lepiej się koncentrować?
- Jak być miłym dla siebie i innych?

Wrzeszczy w niebogłosy jak 44 kosy!

klasa IV-VIII

stacjonarne



Warsztat przybliżający tematykę agresji

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Agresja, czyli co?
- W jaki sposób rozpoznawać, kontrolować i redukować gniew?
- Jakie są sposoby zastępowania agresji?
- Co zrobić będąc ofiarą/świadkiem przemocy?
- Gdzie można uzyskać pomoc?



W zdrowym ciele nie zawsze zdrowy duch.

klasa VI-VIII

stacjonarne

zdalne



Warsztat edukacyjno – informacyjny osławajający problematykę zdrowia psychicznego

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Co to znaczy być zdrowym psychicznie?
- Czy zdrowie psychiczne to też zdrowie?
- Dlaczego warto dbać nie tylko o zdrowie fizyczne?
- Czy choroba psychiczna jest zaraźliwa?
- Co zrobić aby zdrowe było nie tylko ciało, ale i dusza?

Jak cię widzą, tak cię piszą.

klasa IV-VIII

stacjonarne



Warsztat uczący skutecznej i dobrej autoprezentacji

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Co jest najważniejsze w prezentowaniu siebie?
- Czy da się zapanować nad mową ciała?
- Jakie są tajniki dobrego wystąpienia?
- Jak nabrać pewności siebie?
- Co zrobić, gdy zżera mnie trema?

Jestem dla siebie ważny.

klasa VI-VIII

stacjonarne

zdalne



Warsztat profilaktyczny, przeciwdziałający zachowaniom autodestrukcyjnym młodzieży, ze szczególnym uwzględnieniem zachowań autoagresywnych, w tym samookaleczeń

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Kto lub co ma wpływ na moje zachowanie?
- Dlaczego pewne zachowania są ryzykowne?
- Jakiego mogą być konsekwencje moich zachowań?
- Jak bezpiecznie poradzić sobie z trudnymi sytuacjami?
- Skąd brać wsparcie w kryzysie?

Kocha, lubi, szanuje.

klasa VI-VIII

stacjonarne

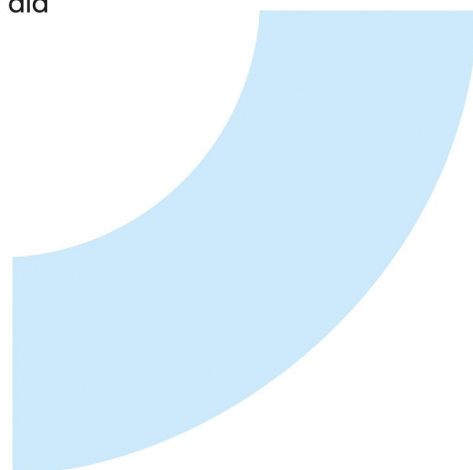
zdalne



Warsztat profilaktyczny dotyczący tworzenia zdrowych relacji.

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Jakich relacji są dla mnie dobre i zdrowe?
- Czerwone flagi: czego unikać w budowaniu związku?
- Jak znaleźć równowagę pomiędzy czasem dla siebie a czasem dla partnera/partnerki?
- Granice: kiedy powiedzieć nie?
- Koniec związku: czy to koniec świata?



Razem lepiej! / Разом краще!

klasa I-VIII

stacjonarne

zdalne



Warsztat integracyjny dla uczniów z Polski i Ukrainy

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Jak porozumieć się z kimś, kto jest ode mnie całkowicie różny?
- Gdzie szukać cech wspólnych?
- Co zrobić, gdy pojawiają się zgrzyty?
- Wzajemne pomaganie sobie: czy to ważne w poznawaniu drugiej osoby?

Uzależnienia behawioralne.

klasa I-VIII

stacjonarne

zdalne



Warsztat profilaktyczny dotyczący uzależnień czynnościowych (korzystanie z telefonu i komputera, zakupy, hazard i e-hazard itp.)

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Czym są uzależnienia behawioralne?
- Czy są mniej groźne niż uzależnienia od substancji?
- Jak rozpoznać, że zaczynamy mieć problem?
- Jak w zdrowy sposób zarządzać swoim czasem i korzystać z różnych form rozrywki?
- Gdzie zgłosić się po pomoc, gdy pojawia się problem?

Social media vs rzeczywistość – kiedy znudziliśmy się zwykłym życiem?

Klasa VII-VIII

nowość

stacjonarne



Warsztat wspierający budowanie poczucia własnej wartości

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Dlaczego social media są dla mnie atrakcyjne?
- Jakie są pułapki kreowania idealnego życia w social mediach?
- Co w sobie lubię, a co lubią we mnie inni? – o mocnych stronach słów kilka
- Moje cele i wartości – co jest dla mnie ważne?
- Czy porażka zawsze jest zła?

Co za mało i za dużo, to niezdrowo.

klasa IV-VIII

stacjonarne

zdalne



Warsztat profilaktyczny dotyczący zaburzeń odżywiania i promocji zdrowia

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Dlaczego diety są niebezpieczne?
- Anoreksja i bulimia.
- Po czym poznać, że ktoś cierpi na zaburzenia odżywiania?
- Jak skutecznie pomóc?
- W jaki sposób zdobyć zdrową kontrolę nad swoim zdrowiem?
- Gdzie zgłosić się po pomoc, gdy pojawia się problem?

Kto ten klucz zdobędzie, szczęśliwy w życiu będzie.

klasa IV-VIII

stacjonarne



Warsztat zwiększający motywację do nauki połączony z treningiem koncentracji uwagi

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Jestem sową czy skowronkiem?
- Jak się uczyć? Na siedząco, stojąco czy leżąc?
- Co zrobić, aby ułatwić sobie zapamiętywanie?
- Jakie ćwiczenia poprawiają koncentrację?
- Co zrobić kiedy „nie chce mi się” przewyższa „che mi się”?

Kto się czubi, ten się lubi.

klasa I-VIII

stacjonarne



Warsztat budujący umiejętności rozwiązywania konfliktów w grupie

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Co to jest konflikt?
- Dlaczego niektórym trudno się dogadać?
- Jakie są sposoby rozwiązywania konfliktów?
- Co zrobić by się porozumieć?
- Kto to jest mediator?
- Jak sobie poradzić, gdy inna osoba mnie zaczepia?

Najważniejsze jest niewidoczne dla oczu.

klasa I-VIII

stacjonarne

zdalne



Warsztat podnoszący poczucie własnej wartości i wiary w swoje możliwości

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Jaki jestem?
- Dlaczego powinienem być z siebie dumny?
- W czym jestem dobry, bardzo dobry, a w czym jestem mistrzem?
- Na czym polega samo nagradzanie?
- Jak z pokorą przyjąć pochwałę?
- Co zrobić aby poprawić swój nastrój i poczuć się wyjątkowo?

Narkotyki na śmietniki!

klasa V-VIII

stacjonarne

zdalne



Warsztat profilaktyczny – demaskujący substancje psychoaktywne

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Jak rozumieć pojęcie uzależnienia?
- Czy to co mówią inni to mit czy fakt?
- Dlaczego legalne środki mogą być niebezpieczne?
- Jak się uchronić?
- Gdzie szukać pomocy?



Nie czyń drugiemu, co tobie niemiłe.

Klasa I-VI

Klasa VII-VIII

stacjonarne

zdalne



Warsztat przedstawiający sposoby radzenia sobie z trudnymi sytuacjami

Warsztat pozwala znaleźć odpowiedzi na pytania:

- Co to są emocje?
- Które emocje są przyjemne, a które nieprzyjemne?
- Dlaczego nie ma złych emocji?
- W jaki sposób bezpiecznie mówić o tym co się z nami dzieje?



Szczegóły warsztatu

Cena: **300 zł**

Czas trwania: **2 godziny dydaktyczne**

Dla rad pedagogicznych

Myśl przewodnia

 bezpieczeństwo

 inne

 komunikacja

 emocje

 inspirujące

 zdrowie

Dziecko wykorzystywane seksualnie.

Dla rad pedagogicznych

stacjonarne



Rozwój psychoseksualny dzieci i młodzieży.

Dla rad pedagogicznych

stacjonarne



Uczeń z ADHD w szkole i domu.

Dla rad pedagogicznych

stacjonarne



Zaburzenia nastroju u dzieci i młodzieży.

Dla rad pedagogicznych

stacjonarne



Miękkie lądowanie po pandemii. O tym jak odbudować szkolne relacje.

Dla rad pedagogicznych

stacjonarne



Samookaleczenia i próby samobójcze u dzieci i młodzieży.

Dla rad pedagogicznych

stacjonarne



Uczeń chory przewlekle w szkole i domu.

Dla rad pedagogicznych

stacjonarne



Jak skutecznie komunikować się z dziećmi i młodzieżą.

Dla rad pedagogicznych

stacjonarne



Dziecko wykorzystywane seksualnie.

Dla rad pedagogicznych

stacjonarne



Praca z uczniem sprawiającym trudności wychowawcze.

Dla rad pedagogicznych

stacjonarne



Jesteśmy otwarci na propozycję tematów, które są wynikiem potrzeby nauczycieli i pedagogów. Nasi specjaliści chętnie podejmą każdy temat z obszaru zdrowia psychicznego.

Szczegóły warsztatu

Cena:

1200 zł

Jak fundacyjne warsztaty pomagają dzieciom w szkołach?

Każda godzina warsztatów to pomocna słoniowa trąba wyciągnięta w stronę uczniów mierzących się z różnymi trudnościami. Warsztaty uwrażliwiają ich na problemy zdrowia psychicznego, wspierają w rozwiązywaniu konfliktów, pomagają stawić czoła codziennym wyzwaniom, ułatwiają budowanie relacji oraz funkcjonowanie w klasie i środowisku rówieśniczym.

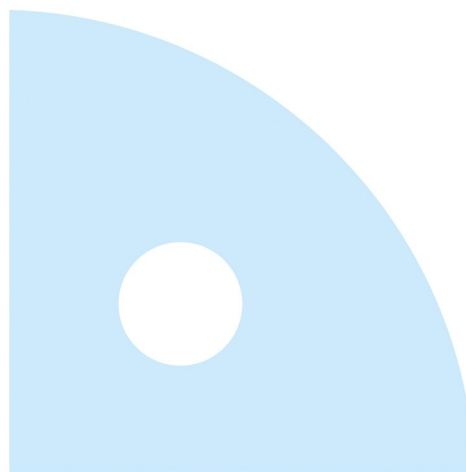
Kiedy wybrać szkolenie dla Rady Pedagogicznej?

Są dwie takie sytuacje: pierwsza, gdy profilaktycznie chcemy poszerzać naszą wiedzę, żeby jak najlepiej zadbać o jakość pracy i nauki w szkole oraz druga, gdy szkolenie jest odpowiedzią na konkretne problemy dotyczące sfery zdrowia psychicznego uczniów i pomoże nam odpowiednio na nie zareagować.



Kiedy zdecydować się na zamówienie warsztatów?

W zasadzie zawsze, gdy zależy nam na dobrej atmosferze w klasie i budowaniu zgranego zespołu, natomiast szczególnie gdy zauważymy uczniów borykających się z problemami emocjonalnymi, w gorszej kondycji psychicznej, zdekoncentrowanych, skonfliktowanych, zagrożonych uzależnieniami, którzy potrzebują wsparcia.





Fundacja
Słonie
na Balkonie

Też możesz zmieniać system i pomóc dzieciom. Odkryj w sobie:

Słonia rzecznika

To serdeczny i dobrze poinformowany jegomość, nie wypuszcza smartfona z trąby, błyskawicznie dowiaduje się o wszystkich nowinkach z sociali. Jego lajki mają moc, a rekomendacje niosą samo dobro. Czujesz, że w taki sposób chcesz pomóc? Zobacz, co możesz zrobić:



udostępnię wpis Fundacji na Facebooku >



polajkuje wpis Fundacji na Facebooku >



opowiem znajomym o projektach Fundacji >



będę na bieżąco dzięki newsletterowi >

Słonia akcji

To typ sportowy, zawsze gotowy do akcji. Potrafi biegać po mistrzowsku i spełniać marzenia jak zawodowiec. Śnieg, deszcz, burza, żar z nieba – nic go nie powstrzyma: ani przed szerzeniem dobra, ani przed noszeniem czapki Mikołaja. O Tobie mowa? To do dzieła <3



wzmę udział w akcjach Fundacji >



przekazę 1% >

Słonia z sercem na dłoni

To entuzjasta dobrych idei o wyjątkowo rozwiniętej inteligencji emocjonalnej. Wrażliwy, ciepły, piękny wewnątrz. Kiedy kogoś wspiera, to z uśmiechem, kiedy się angażuje, to całym sercem. Słyszysz go w sobie? Fantastycznie! Wybierz działanie:



dokonać wpłaty jednorazowej >

Słonia elektrownię dobrej energii

Rockowa dusza regularnie dzieląca się kilowatogodzinami dobra. Jego pomoc jest bezcenna, a wiara w cel wielka jak słoń. Hojny, pierwszy do dawania. To on przywraca dzieciom nadzieję na szczęśliwe dzieciństwo. To Ty? Super! Wybierz poniższą opcję pomocy <3



będę regularnie wplacać, by pomóc dzieciom po traumie >

Fundacja Słonie na Balkonie
KRS 0000 409 122

ul. Kościuszki 39
Łódź 90-427
T: (42) 672 61 19
T: 791 442 216
M: pracownia@slonienabalkonie.pl
www.slonienabalkonie.pl

