

# ZAPROSZENIE

## Profilaktyka zaburzeń nastroju

Dnia **26 listopada 2015r. – czwartek**  
na terenie Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej w Chojnicach  
odbędą się dwa spotkania zrealizowane we współpracy  
ze Strefą Młodzieży SWPS

Prowadzący spotkania - **Michał Pozdał** - psychoterapeuta, seksuolog i trener młodzieży.

### **13. 00- 14.30**

Spotkanie psychologiczne dla uczniów Szkół Ponadgimnazjalnych w temacie  
**profilaktyki zaburzeń nastroju w okresie dorastania.**

Podczas spotkania prowadzący postara się odpowiedzieć na następujące pytania:  
Jak odróżnić zwykłego doła od depresji?

Czy ludzie, którzy grożą samobójstwem rzeczywiście je popełniają?

Na co zwracać uwagę, gdy nasi bliscy przeżywają trudne chwile?

Co tak na prawdę oznacza samookaleczanie?

Ponadto porozmawiamy o symptomach depresji młodzieżowej i podpowiemy,  
gdzie szukać pomocy.

### **15.00 - 16.30**

**Warsztat kierowany do nauczycieli szkół ponadgimnazjalnych,  
rodziców dorastających dzieci, pedagogów i psychologów  
szkolnych.**

Michał Pozdał przybliży słuchaczom zasady jak **rozmawiać z nastolatkiem na tematy tabu oraz przedstawi zagadnienia z profilaktyki zaburzeń nastroju w okresie dorastania.**

Spotkania odbędą się w Sali Konferencyjnej CEW (parter budynku).

**Uwaga! Ograniczona liczba uczestników spotkania dla młodzieży.  
Każda szkoła może wyznaczyć od 10-15 uczniów.**

Zgłoszenia udziału zarówno uczniów jak i rodziców/nauczycieli/pedagogów/psychologów należy kierować na adres e-mail PPP

**[pppchojnice@op.pl](mailto:pppchojnice@op.pl)**  
do dnia 20 listopada 2015r.

Serdecznie zapraszamy do udziału