

Urząd Miejski w Łomiankach

<https://lomianki.pl/pl/kalendarium-wydarzen/16957,Warsztat-o-mindfulness-dla-rodzicow-dzieci-w-spektrum-autyzmu-1-grudnia.html>
30.06.2024, 23:31

Strona znajduje się w archiwum.

Czy wiesz co jest Twoim tygrysem szablozębnym?

Rodzicielski stres a ewolucja.
Jak uważność może wspierać codzienność rodzica dziecka w spektrum autyzmu.
Warsztat o mindfulness dla rodziców.

Prowadzenie: Weronika Chmielewska

1 grudnia 2023, godz. 18.00 - 20.00

Świetlica Miejska ul. Parkowa 2, Łomianki

kontakt: komitet.rodzicow.lomianki@gmail.com

Bezpłatne dla mieszkańców gminy Łomianki

Urząd Miejski Łomianki | Urząd Miejski Burakowie | Fundacja EduMind | Warsztaty są częścią projektu "Dziecko w spektrum autyzmu-II Edycja" finansowanego ze środków gminnych w ramach LMP 2023

Warsztat o mindfulness dla rodziców dzieci w spektrum autyzmu, 1 grudnia

Świetlica Miejska w Burakowie, ul. Parkowa 2, Łomianki

01.12.2023 18:00

Dla dzieci: Nie

Bilety: Nie

Organizator:
Komitet Rodziców Łomianki

Prowadząca:

Weronika Chmielewska – certyfikowana nauczycielka uważności – prowadzi 8-tygodniowe Kursy Życia Opartego na Uważności (MBLC – Mindfulness-Based Living Course) oraz Rodzicielstwo z Uważnością i Współczuciem (Mindful Compassionate Parenting), współzałożycielka i prezeska Fundacji EduMind Uważność w Edukacji, właścicielka My Mindful Way Nika Chmielewska, wspiera rodziców w zakresie Świadomego Rodzicielstwa jako Conscious Parenting Coach w Instytucie dr Shefali z Nowego Jorku.

Zapraszamy na spotkanie, podczas którego:

- sprawdzisz się jak uważność może wesprzeć Twoje codzienne wyzwania rodzicielskie.
- dowiesz się w jakich obszarach uważność działa i co wiemy z badań.
- sprawdzimy co Ci jest bliższe – świadomość szczególnych potrzeb (u dziecka) czy potrzeba szczególnej świadomości (u Ciebie)
- będzie okazja do wspólnej praktyki uważności oraz kilku ćwiczeń.

Bezpłatne, obowiązują zapisy

kontakt: komitet.rodzicow.lomianki@gmail.com

Warsztat jest częścią projektu "Dziecko w spektrum autyzmu-II Edycja" finansowanego ze środków gminnych w ramach ŁMP 2023

[Następny Strona](#)