



Aizkraukles novads

Pusaudžu vecākus aicina uz semināru

Publicēts: 07.06.2022.

[Skrīveru pagasts](#)

[Projektu aktualitātes](#)

[Veselības veicināšana](#)

Aizkraukles novada pašvaldība pusaudžu vecākus aicina pieteikties bezmaksas nodarbībām "Ceļvedis, audzinot pusaudzi". Tās notiks tiešsaistē platformā *Zoom*.

Bieži pusaudžu vecāki jūtas apmulsuši, jo nezina, kā veidot attiecības ar saviem pusaudža vecuma bērniem. Pusaudzis vienlaicīgi jūtas gana pieaudzis un neatkarīgs, bet tajā pašā laikā var justies nepārlicināts, apmulsis, ar vajadzību pēc vecāku atbalsta.

Apmācību kursā "Ceļvedis, audzinot pusaudzi" desmit nodarbību laikā vecākiem veido izpratni par to, kas pusaudžiem šajā vecumposmā – apmēram 10 līdz 16 gados – ir svarīgs, kas ar viņiem notiek un kā veidot veiksmīgu sadarbību ar bērniem, lai viņi kļūtu par nobriedušiem un veselīgiem pieaugušajiem.

Nodarbības vadīs pedagoge, praktizējoša mediatore, konsultante krīžu un konsultāciju centrā "Skalbes", juriste, lektore, supervizore Lolita Terēze Neimane.

Nodarbības plānotas no 5. jūlija līdz 6. septembrim otrdienās no pulksten 18 līdz 21 *Zoom* platformā. Tās būs bez maksas.

Sīkāka informācija un pieteikšanās semināram: Liene Paukste-Uzula tālrunis [+371 25619932](tel:+37125619932), e-pasts: dome@skriveri.lv.

AICINA PUSAUDŽU VECĀKUS PIETEIKTIES BEZMAKSAS NODARBĪBĀM (ATTĀLINĀTI):

CEĻVEDIS, AUDZINOT PUSAUDZI (CAP)

10 nodarbību cikls būs lielisks palīgs vecākiem, lai uzlabotu izpratni par pusaudžu vecumposmu, vajadzībām un iespējām palīdzēt pieaugt un saglabāt tuvas attiecības



Programma sniedz vecākiem izpratni par to, kas pusaudžiem šajā vecumposmā (no 10 līdz 16 gadi) ir svarīgs, kas ar viņiem notiek un kā veidot veiksmīgu sadarbību ar bērniem, lai viņi kļūtu par nobriedušiem un veselīgiem pieaugušajiem

Nodarbības vadīs Lolita Terēze Neimane, pedagoge, praktizējoša mediatore, konsultante krīžu un konsultāciju centrā "Skalbes", pieredzējusi CAP un audžugimeņu atbalsta grupu vadītāja, juriste, lektore, supervizore

- Ievads CAP kursā
- Pusaudžu un vecāku tiesības, pienākumi un atbildība
- Vecāku un pusaudžu savstarpējās attiecības un komunikācija
- Veselīgs dzīvesveids
- Pusaudžu seksualitāte
- Pusaudžu sociālās prasmes
- Emociju pašregulācija
- Disciplinēšana
- Dzīves prasmes
- Rūpes par sevi.



NODARBĪBAS NOTIKS OTRDIENĀS:
no 5. jūlija līdz 6. septembrim zoom platformā no plkst. 18:00 līdz 21:00
DALĪBA BEZ MAKSAS!

Sīkāka informācija un pieteikšanās:
Liene Paukste-Uzula tālr. 25 619 932.
e-pasts: dome@skriveri.lv

NACIONĀLAIS ATZĪTĪBAS PLĀNS 2020
ESROPAS SAVENĪBA
European Social Fund
Projekts realizēts Aizkraukles novada pašvaldības un Skrīveru pagasta pārvaldes sadarbībā ar Biedrību „Kopīgais laips” ESF projekta “Nobrieduši bērni, nobriedušas vecākas” ietvaros un sīkākai informācijai un sīkākai informācijai Nr. 02.2.2/16/1982

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

[Aizkraukles novada pašvaldības administrācija](#) >

[Attīstības nodaļa](#)

Liene Paukšte-Uzula

Vecākā projektu
vadītāja

 [+371 25619932](tel:+37125619932)



<https://www.aizkraukle.lv/lv/jaunums/pusaudzu-vecakus-aicina-uz-seminaru>