

Zapraszamy Państwa do wzięcia udziału w Nowoczesnej Konferencji dla Rodziców. W tym roku spotkamy się wokół tematu: "Paluszek, brzuszek i główka, to nie zawsze jest wymówka."

Konferencja dla mieszkańców Miasta Gdańska, obowiązują zapisy!

Udział w wydarzeniu jest nieodpłatny, ilość miejsc jest ograniczona.

Gdzie? Centrum Dolna Brama ul. Dolna Brama 8

Kiedy? 16 maja 2026 roku (sobota)

Zapraszamy:

- rodziców i opiekunów dzieci i młodzieży,

- dzieci w przedziale wiekowym 4-12 lat,

na corocznie organizowaną konferencję w ramach Kampanii Społecznej "DOM - Dziecko Otulone Miłością".

Program:

09:00-9:45 Rejestracja i poczęstunek

9:45-12:15 Warsztaty dla dzieci

10:00-12:00 Warsztaty dla rodziców

12:00-13:00 Poczęstunek i wspólna integracja

W trakcie całego wydarzenia zapraszamy Państwa także do dołączenia do Wędrujących Książek, czyli bookcrossingu. Na specjalnym regale czekać będą na Państwa książki - zarówno te o tematyce dziecięcej, rodzicielskiej jak i inne popularne tytuły. Idea Wędrujących Książek jest jedna - przynieś książkę dla innych i weź dla siebie. Zachęcamy do przejrzania domowych półek i zabrania ze sobą książki/książek, które mogą sprawić radość innym.

REJESTRACJA:

ZAPISY TRWAJĄ DO PIĄTKU 8 MAJA!

Zapraszamy do wypełnienia formularza:

<https://tiny.pl/wcf9pzqnp>

Wydarzenie na Facebooku: <https://fb.me/e/60UqWwdwB>

Szczegóły wydarzenia:

W trakcie zapisów prosimy o wybranie jednego warsztatu lub wykładu.

I. Spotkania dla rodziców i opiekunów:

Wykład z elementami dyskusji "Kiedy dzień odbija się w nocy. Bezsenność, lęki nocne i koszmary"

mgr Katarzyna Kaniuk - psycholog, certyfikowana psychoterapeutka Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, superwizor aplikant Polskiego Towarzystwa Psychologicznego

Zapraszam Państwa na wykład poświęcony nocnym trudnościami dzieci i młodzieży.

Podczas spotkania zgłębimy mechanizmy przenikania dziennych napięć do świata snu. Przyjrzymy się, jak niewypowiedziane emocje i codzienne wyzwania mogą manifestować się poprzez bezsenność oraz stany lękowe. Wspólnie nakreślimy różnice między lękami nocnymi a koszmarami. Omówimy ewolucję lęku na różnych etapach rozwoju oraz sprawdzimy, w jaki sposób współczesne przebudzowanie wzmagania nocną czujność.

Wreszcie, porozmawiamy o tym, jak stać się dla dziecka bezpiecznym oparciem, przekształcając niespokojną noc w przestrzeń dającą szansę na regenerację.

Warsztat „Od czułych objęć po radosne psoty. Bliskość, która koi”

mgr Roksana Galewska - psycholożka, seksuolożka, psychoterapeutka
mgr Justyna Gniewek – psycholożka, psychoterapeutka w trakcie szkolenia

Zapraszamy na warsztaty o bliskości, która koi i buduje fundament rozwoju dziecka. W trakcie spotkania wspólnie odkryjemy, jak swobodna zabawa dziecka i z dzieckiem wspiera regulację emocji i dlatego „rozrabianie” jest tak ważne w codziennej relacji.

Podczas spotkania spróbujemy odczarować siłowanie się, rywalizację i próby naginania zasad, szukając w nich ukrytego sensu.

Warsztat „Ciało jako komunikat: rozumienie objawów psychosomatycznych u dzieci i młodzieży” (BRAK MIEJSC)

mgr Zuzanna Maciuk - psycholożka, psychotraumatolożka, psychoterapeutka w trakcie szkolenia
mgr Michalina Kijanka – psycholożka

Zapraszamy na spotkanie poświęcone zjawisku psychosomatyki u dzieci i nastolatków – czyli sytuacjom, w których napięcie emocjonalne objawia się poprzez dolegliwości fizyczne (np. bóle brzucha, głowy czy problemy ze snem). Podczas warsztatu przyjrzymy się temu, jak stres, trudne doświadczenia i niewyrażone emocje wpływają na ciało młodego człowieka. Warsztat łączy wiedzę teoretyczną z praktycznym podejściem, pozwalając rodzicom nie tylko rozumieć objawy, ale traktować je jako istotną informację o stanie i potrzebach dziecka, wspierając jego rozwój i samopoczucie.

II. Warsztaty i animacje dla dzieci

Warsztaty kreatywne i animacja @Stowarzyszenie Arbus

Grupy 4-6 lat – warsztat plastyczny (1h) oraz taneczny (1h) – łącznie 2h + przerwa 15 min

Sensoryczna Przygoda z Kolorami! (warsztat plastyczny) - zapraszamy najmłodszych na wyjątkowe warsztaty malarskie, gdzie liczy się radość tworzenia i odkrywania świata kolorów wszystkimi zmysłami! Dzieci będą malować na dużych powierzchniach, używając nie tylko pędzli, ale także rąk, patyków i wałków. Wzbogacimy nasze artystyczne eksperymenty o różne faktury – mąkę, piasek i inne materiały, by pobudzić kreatywność i rozwijać zmysł dotyku. To doskonała okazja do swobodnej ekspresji i świetnej zabawy w twórczej atmosferze!

Warsztaty taneczne (warsztat ruchowy) - zapraszamy najmłodsze dzieci na zajęcia taneczne, gdzie poprzez zabawę i improwizację będziemy szukać niepowtarzalnego ruchu i budować wspólne relacje poprzez taniec.

Grupy 7-9 lat – warsztat ceramiczny (1h) oraz techniczny (1h) – łącznie 2h + przerwa 15 min

Warsztaty tworzenia magnesów (warsztat ceramiczny) - podczas warsztatów uczestnicy będą mieli okazję stworzyć własne magnesy na lodówki. Praca odbywać się będzie z gliny szybko schnącej, która zachowa plastyczność przez wystarczający czas, by swobodnie uformować i ozdobić magnes. Na zakończenie warsztatów każdy uczestnik otrzyma swój magnes w bezpiecznym opakowaniu, dzięki czemu bez problemu zabierze go do domu i zawiesi na lodówce.

Robimy kusze (warsztat techniczny) - na naszych zajęciach wykonamy dalekonośne kusze z prostych elementów, takich jak patyczki do szaszłyków, spinacze do bielizny czy słomki papierowe.

Grupa 10-12 lat – warsztat muzyczny (2h) + przerwa 15 min

Robimy muzykę - w czasie warsztatów uczestnicy zapoznają się z tworzeniem muzyki za pomocą sampli i loopów. Ich zadaniem będzie stworzenie zarysu utworu w ciągu dwóch godzin, korzystając z różnych fragmentów dźwiękowych i powtarzalnych pętli.

Użyjemy looperów, które pozwolą na łatwe łączenie dźwięków i tworzenie rytmicznych struktur. Warsztaty mają na celu rozwój kreatywności i naukę pracy z dźwiękiem w prosty i intuicyjny sposób.

Organizatorami wydarzenia są Gdański Ośrodek Zdrowia Psychicznego oraz Miasto Gdańsk, zaś partnerami Centrum Dolna Brama oraz Stowarzyszenie Arbus.