



Rodzicu, nie masz żadnego wpływu na morze.  
Nie powstrzymasz fal, ale możesz nauczyć  
się po nich surfować.

Widzisz, że sytuacje, które powtarzają się  
w Twoim domu same w sobie nie są problemem,  
ale Twoja reakcja nie jest trudna.  
Włącza się jak automat.

**DZIĘKI POZNANYM TECHNIKOM TWOJE DZIECKO NIE BĘDZIE REAGOWAŁO IMPULSYWNIENIE BĘDZIE ROBIŁO OD RAZU TEGO, CO MYŚLI, ŻE MUSI ZROBIĆ!**

„Bystrzaki” to zajęcia przeznaczone dla dzieci w wieku 3-12 lat i ich rodziców

**Odbywać się będą z podziałem na grupy wiekowe:**

- BYSTRZAKI PRZEDSZKOLAKI
- BYSTRZAKI
- BYSTRZAKI TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH

Wszystko w postaci zabawy, otwartości i szczerzej atmosfery,  
czyli tego, na co dzieci zasługują i w czym czują się najlepiej

**Na zajęciach Ty i Twoje Dziecko dowiecie się, jak:**

- mieć większy wpływ na swoje wnętrze
- uspokajać gonitwę myśli, która dotyka zwłaszcza wieczorem, kiedy trzeba zasypiać
- powiększyć wiarę w siebie, która pozwala pozbyć się zachowań agresywnych bądź wycofania.

**Nasze zajęcia rozwijają:**

- koncentrację
- usprawniające pamięć
- cierpliwość
- zaufanie do siebie, do innych
- akceptację
- umiejętność radzenia sobie ze złością swoją i czyjąś
- współdziałanie w grupie
- pewność siebie
- poczucie własnej wartości i silną osobowość

**UWAGA!**

ZAJĘCIA W GRUPIE - „BYSTRZAKI TRENING KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH”  
ODBYWAJĄ SIĘ BEZ UDZIAŁU RODZICÓW

Zajęcia prowadzi Elżbieta Bojdo - pedagog i coach

Relaks przy dźwiękach gongów i mis tybetańskich - Daria Betańska

Czas trwania - 90 minut spotkania - raz w tygodniu

**Na koniec cyklu każdy uczestnik otrzyma  
certyfikat**

**Zapisy pod nr tel.: 693 338 914**