

Aicina uz diskusiju ciklu "Kopā jauniešu labā"



Sober Soul

DISKUSIJU VAKARI

JAUNIEŠU MĀJĀ
katru otro pirmdienu

SĀKAM 24/03
PLKST. 18:00

**KOPĀ
JAUNIEŠU
LABĀ**

**"ATKARĪBAS – KO MĒS VARAM
(UN NEVARAM) IETEKMĒT?"**

07/04
PLKST. 18:00

**EKSĀMENI UN STRESS: VAI MĒS
REDZAM TO PAŠU, KO JAUNIEŠI?**

Lai veicinātu atbalstu un sadarbību jauniešu labā, biedrība Sober Soul aicina vecākus, skolotājus un jaunatnes darbiniekus uz diskusiju vakaru ciklu "Kopā jauniešu labā". Diskusijas notiks katru otro pirmdienu plkst. 18.00, Jauniešu mājā, Rīgas ielā 23, Cēsīs. Pirmā tikšanās – 24. martā.

Diskusiju mērķis ir rast praktiskus risinājumus, kā efektīvāk palīdzēt jauniešiem ikdienas izaicinājumos un stiprināt pieaugušo sadarbību viņu atbalstam.

Tikšanos laikā diskutēsim un meklēsim risinājumus jautājumos, ar ko saskaras vecāki, skolotāji un jaunatnes darbinieki – par jauniešu labbūtību, motivāciju un attīstību. Tāpat runāsim par jauniešu izjusto spiedienu pirms eksāmeniem, grūtībām atrast savu ceļu ar riskiem, kas saistīti ar vielu lietošanu un citām atkarībām.

Kas notiks diskusijās?

- Atvērta saruna – iespēja dalīties pieredzē, uzdot jautājumus un dzirdēt dažādus

viedokļus.

- Ekspertu ieskats – reizēm pieaicināsim psihologus, mentorus un citus speciālistus, lai padziļināti izprastu jauniešu mentālās veselības un atkarību jautājumus.
- Kopīga risinājumu meklēšana – kā vecāki, skolotāji un kopiena var sadarboties, lai efektīvāk atbalstītu jauniešus.

Kurš var piedalīties?

Diskusijas ir atvērtas visiem, kuriem rūp jauniešu labbūtība – vecākiem, skolotājiem, jaunatnes darbiniekiem un citiem interesentiem. Dalība iespējama arī tad, ja pašlaik nesaskaraties ar konkrētām problēmām – šīs sarunas ir vieta, kur domāt, dalīties pieredzē un meklēt risinājumus kopā.

Pirmās diskusijas:

- 24. marts, plkst. 18.00 – “Atkarības – ko mēs varam (un nevaram) ietekmēt?”
- 7. aprīlis, plkst. 18.00 – “Eksāmeni un stress: Vai mēs redzam to pašu, ko jaunieši?”

Vieta: Jauniešu māja, Rīgas iela 23, Cēsis

Kad? Katru otro pirmdienu plkst. 18.00

Lai pieteiktos dalībai un/vai sniegtu ieteikumus par nākamajām diskusiju tēmām, lūdzu aizpildiet īsu anketu **ŠEIT**.

Plašāka informācija:

Jautājumu gadījumā aicinām sazināties ar biedrības pārstāvi Jāni Skrastiņu, tālr.nr. 29 212 902, e-pasts janis@sobersoul.lv

Aicinām visus interesentus pievienoties un kopīgi veidot atbalstošu vidi jauniešiem Cēsīs!