

## **Уважаемые коллеги!**

Центр «Солнышко» предлагает следующие программы и проекты, направленные на детей, родителей и педагогов

### **Программа для родителей «Релакси»**

Родители подвержены эмоциональному выгоранию. И это факт. Помочь восстановиться призвана программа «Релакси» (Приложение 1).

### **Клуб «Родительское кафе»**

«Родительское кафе» - место для обсуждения важных вопросов, волнующих родителей. На встречи приглашаются все желающие. (Приложение 2).

### **Для вас, уважаемые родители**

Начинает работу группа взаимоподдержки для родителей подростков. Вы имеете возможность задать вопросы специалисту. Иногда достаточно просто поделиться своими переживаниями, и понять, что вы не одиноки в трудностях воспитания ребенка. С вами будут работать опытные психологи и родители, прошедшие этот путь успешно.

### **Консультирует психолог**

Приглашаем всех желающих на первичную консультацию психолога. Время приема: еженедельно по средам в 14.00, 15.00, 16.00, 17.00. Записаться на консультацию можно по тел. 58 84 64 с 9 до 16 часов. Все консультации проводятся БЕСПЛАТНО!

### **Проект «Играем с папой»**

Это группа совместных игр пап с детьми в возрасте от 7 до 14 лет. Папы и дети могут научиться играть, хорошо провести время вместе, познакомиться не только с любителями настольных игр. А помогут вам в этом тренеры - игротехники. (Приложение 3).

### **Программа «Жизненные навыки» для детей дошкольного (5 – 7 лет) и младшего школьного возраста (1-2 классы)**

Присмотритесь к ребенку: умеет ли он слушать других людей, задает ли вопросы, как вступает в разговор, может ли предложить свою помощь взрослому или сверстнику? Ребенок осваивает эти навыки, наблюдая за поведением взрослых, копируя его. Но если он по какой-то причине еще не овладел определенными умениями, то у вашего ребенка есть возможность научиться этому у нас на занятиях. (Приложение 4-5).

**Обращаем ваше внимание, что все программы и проекты реализуются БЕСПЛАТНО!**

**ГБСУ АО ССРЦН «Солнышко», ул.Юбилейная д.13, тел. 58-84-64**

**Записаться и задать вопросы можно в официальной группе с/с «ВКонтакте» <https://vk.com/club29840344>**

ГБСУ АО «Северодвинский СРЦН «Солнышко»

# Программа для родителей «Релакси»

Вы сможете справиться с трудностями той или иной ситуации, помочь ребёнку и самому себе, обрести эмоциональный комфорт и почувствовать себя увереннее в своей родительской позиции.



Всего 8 встреч. Бесплатно. Количество участников ограничено (8-10 чел), состав постоянный на период проведения программы.

Узнать все подробности и записаться на программу «Relaxi» вы можете по телефону (8184) 58-84-64

Контактное лицо Перепелкина Татьяна Евгеньевна

Наш адрес ул. Юбилейная, д.13.

# Родительское кафе



Родительское кафе - это своеобразный клуб для родителей, бабушек, дедушек.

Здесь вы можете найти поддержку, получить помощь и совет по интересующему вас вопросу или проблеме.

Здесь вы найдете возможность обсудить то, что вас волнует и беспокоит: отношения, наказания и поощрения, детская любовь и нежелание учиться, драки и зависимости.

Встречаемся по субботам в 11-00

**Для нас нет неудобных вопросов!**

Узнать о работе Родительского кафе можно по тел. 58-84-64  
и в с/с «ВКонтакте» <https://vk.com/club29840344>

Контактное лицо Тюрина Мария Сергеевна  
Центр Солнышко, наш адрес ул.Юбилейная, д.13.



# Играем с Папой

**В ИГРЕ НУЖЕН ТОВАРИЩ  
ЕСЛИ НЕТ ТОВАРИЩА,  
ТО ДЕЙСТВИЯ,  
ХОТЯ И ИМЕЮТ ЗНАЧЕНИЕ,  
НЕ ИМЕЮТ СМЫСЛА**

**Подари  
своему ребенку смысл!**

Играем каждую субботу с 11 - 00  
играем в настольные и другие игры

**Только для пап и их детей от 3 до 15 лет!**

Узнать о работе площадки «ИГРАЕМ С ПАПОЙ» в центре «Солнышко»  
можно по тел. 58-84-64

и в с/с «ВКонтакте» <https://vk.com/club29840344>

Контактное лицо Тюриня Мария Сергеевна  
Наш адрес ул.Юбилейная, д.13.

ГБСУ АО «Северодвинский СРЦН «Солнышко»

## Программа для детей "Жизненные навыки"

Мы поможем сделать так чтобы ребенок, входящий в этот мир, стал уверенным, счастливым, умным, добрым и успешным, мог противостоять трудностям, решать и находить выход из создавшихся ситуаций.

Основная идея программы в том, что детство – это не подготовка к школе, это подготовка к жизни, позитивная социализация, всестороннее развитие личности ребенка.

Программа «Жизненные навыки» адресована дошкольникам 5-7 лет.

Игровые занятия – путешествия будут проходить: 1 группа - по средам в 18-00,  
2 группа по субботам в 10-00,  
продолжительность 45 мин.  
Бесплатно.



Записаться можно по тел. 58-84-64,  
контактное лицо Тюрина Мария Сергеевна.  
Наш адрес ул. Юбилейная, д.13.

## ПРОГРАММА ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ

### «ЖИЗНЕННЫЕ НАВЫКИ»

Ребенок в школе не только читает, пишет и считает, но чувствует, переживает, размышляет, оценивает себя, друзей, взрослых. При игнорировании этой стороны жизни ребенка могут возникнуть как школьные трудности, так и проблемы вне школы (трудности обучения, страхи, обида, чувство собственной неполноценности, ущербности, нежелание учиться). Помочь ребенку справиться с этими трудностями позволяет специальная психологическая развивающая программа «Жизненные навыки».

В основе программы лежит уважение к субъективному миру чувств и потребностей ребенка. Курс учит серьезно относиться к своим и чужим чувствам, понимать этот особый мир.



Программа «Жизненные навыки» адресована детям младшего школьного возраста (7 – 9 лет).

Занятия будут проходить 2 раза в неделю с 15-16 часов в центре «Солнышко».

Записаться на посещение группы можно по телефону 58 – 84 – 64, контактное лицо Тюрина Мария Сергеевна.

Наш адрес ул. Юбилейная, д.13.