



SZAKMAI BESZÁMOLÓ

SZERZŐDÉS SZÁMA:	TOP_PLUSZ-3.1.3-23-HE1-2024-000008
SZERZŐDÉS CÍME:	Boconád község által vezetett térségi humán fejlesztés
SZERZŐDŐ NEVE:	Dél-Hevesi Kulturális Egyesület
ESEMÉNY:	„Hogyan legyek jobb szülő?”
HELYSZÍN:	3295 Erk, Fő tér 4. - Nagy Zoltán Általános Iskola
IDŐPONT:	2025.06.04.

A jó vagy jobb szülővé válás már gyermekkorban megalapozódik a saját családja és a körülötte élők példája révén.

Az iskolások már ismernek annyi családot, kapcsolatot, hogy el tudják dönteni, hogy számukra melyik példa volt a szimpatikus, és azt milyen úton érheti el.

A stressz az egyik legalattomosabb „kórok”: nem csak egy adott pillanatban vagy időben hat, hanem lassan, a háttérben meghúzódva mind lelki, mind testi megbetegedéseket okoz. Fel kell ismernünk időben, hogy hogyan védekezzünk ellene. Figyelnünk kell magunkra és egymásra is, így alakíthatunk ki egy olyan miliőt, ami segít *JÓ* családi légkört kialakítani, hogy a lelki komfort lehetőségét megalapozzuk.

A mai előadást *Baráth Mikó Eszter* mentálhigiénés szakember az általános iskola felsősei számára tartott egy tréninget „**Pozitív megküzdési stratégiák kamaszkorban**” címmel.

A kivetítő segítségével szemléltetve a diákok könnyebben megjegyezhetik azokat a fogalmakat, amik a mindennapos életben eszünkbe sem jut, de ezek ismeretében a stressz valamilyen mértékben korlátozható.

A barátságos hangulatban eltöltött előadáson a gyermekek aktívan vettek részt.

Erk, 2025. 06. 04.

Gondáné Falcsik Mónika
adminisztrátor

SZÉCHENYI 



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE