



**Powiatowe Centrum  
Pomocy Rodzinie**

**w Suwałkach**

**oferuje**

## **SPECJALISTYCZNE WSPARCIE W SYTUACJACH KRYZYSOWYCH**

### **DLA WSZYSTKICH ZAINTERESOWANYCH:**

- Konsultacje indywidualne: psychologiczne, pedagogiczne, prawne, rodzinne
- Konsultacje wychowawcze
- Mediacje małżeńskie i rodzinne
- Terapia indywidualna, małżeńska i rodzinna
- Warsztaty umiejętności rodzicielskich
  - warsztaty „Szkoła dla rodziców i wychowawców” (10 spotkań x 2 godz.)  
Część I – „Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały, jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły”  
Część II – „Rodzeństwo bez rywalizacji”  
Część III – „Nastolatek”  
(W części II i III można wziąć udział po ukończeniu cz. I)
  - warsztaty „Zamiast klapsa – jak z szacunkiem i miłością wyznaczać dziecku granice” dla rodziców młodszych dzieci do lat 6 (6 spotkań x 2 godz.)
  - warsztaty „Jestem z Ciebie dumny” – dla rodziców dzieci od 3 do 12 roku życia (5 spotkań x 2 godz.)
  - warsztaty „Super Mama” – dla mam dzieci do 3 roku życia (6 godz.)
  - warsztaty „Super Tata” – dla ojców (6 godz.)
- Zajęcia animacyjne dla dzieci rodziców uczestniczących w warsztatach
- Warsztaty psychoedukacyjne „Zrozumieć siebie i innych” dla młodzieży od 13 do 17 roku życia (20 godzin, 3 spotkania)
- „Trening pewności siebie” dla dzieci i rodziców w sytuacji przemocy rówieśniczej
- Warsztaty budowania relacji małżeńskiej (10 spotkań x 2 godz.)
- Warsztaty „Super Teść, Super Teściowa” (6 godz.)
- Pogadanki dla rodziców dot. relacji rodzinnych i rodzicielskich (1-2 godz.)
- Pogadanki dla młodzieży dot. relacji rodzinnych (1-2 godziny)

**ZAPISY: telefonicznie na numer 87 565 92 82 oraz w siedzibie PCPR, w pokoju nr 7 od poniedziałku do piątku w godzinach 7.30 – 15.30**

**POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE W SUWAŁKACH**

**SPECJALISTYCZNY OŚRODEK WSPARCIA DLA OFIAR PRZEMOCY W RODZINIE W SUWAŁKACH, OŚRODEK INTERWENCJI KRYZYSOWEJ, PROJEKTY**  
ul. Świerkowa 60, 16-400 Suwałki, tel. 87 565 92 82, e-mail: [interwencja@powiat.suwalski.pl](mailto:interwencja@powiat.suwalski.pl)

## **ZAPRASZAMY** **oferuje**



**Powiat  
Suwalski**

## **SPECJALISTYCZNE WSPARCIE W SYTUACJACH PRZEMOCY**

### **DLA OSÓB DOŚWIADCZAJĄCYCH PRZEMOCY W RODZINIE**

- Okresowe schronienie w Hostelach Specjalistycznego Ośrodka Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie w Suwałkach
- Konsultacje indywidualne: psychologiczne, prawne, pedagogiczne, rodzinne
- Terapia indywidualna
- Grupa wsparcia dla osób doświadczających przemocy
- Program terapeutyczny wyjazdowy dla kobiet z dziećmi „Jeden krok do szczęśliwego życia”
- Program „Dam radę” dla dzieci od 3 roku życia wraz z rodzicami w formie konsultacji indywidualnych (pomoc w przewyżnianiu problemów emocjonalnych i behawioralnych)

### **DLA OSÓB STOSUJĄCYCH PRZEMOC W RODZINIE**

- Konsultacje indywidualne: psychologiczne, pedagogiczne, rodzinne
- Grupy korekcyjno-edukacyjne dla osób stosujących przemoc w rodzinie (39 godz.)  
(spotkania wprowadzające (2 godz. zajęcia grupowe, 1 godz. indywidualne), zajęcia grupowe (8 spotkań x 4,5 godz. lub 12 x 3 godz.))  
– program w relacjach partnerskich w modelu DULUTH  
– program w relacjach rodzicielskich „Wychowanie bez przemocy”  
– program w podejściu TSR (Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach)
- Program psychologiczno-terapeutyczny „Mój Bezpieczny Dom” realizowany w podejściu Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (wskazany szczególnie dla osób, które uczestniczyły wcześniej w programie korekcyjno-edukacyjnym)  
– w wersji indywidualnej – 10 godz. spotkań indywidualnych

**AKTUALNA OFERTA dostępna na stronie internetowej PCPR [www.pcpr.suwalski.pl](http://www.pcpr.suwalski.pl)**

### **W TROSCE O BEZPIECZNA I SZCZĘŚLIWĄ RODZINĘ 2019**

**Poradnictwo specjalistyczne prowadzone jest w siedzibie PCPR przy ul. Świerkowej 60, w wynajętych pomieszczeniach przy ul. E. Plater 2C oraz na terenie gmin Powiatu Suwalskiego na bazie porozumień zawartych przez Powiat Suwalski z poszczególnymi gminami.**

