

BEZMAKSAS

GUDRO VECĀKU SKOLA

Semināri vecākiem, pedagogiem un ikvienam bērna audzināšanas procesā iesaistītam pieaugušajam

19.05.

PLKST.17.30-19.30



Bērns riska zonā – kā pamanīt un novērst atkarības attīstību

Tēmas:

- Kas ir atkarība un galvenie riska faktori: ģenētiskie, sociālie, emocionālie un vides.
- Kāpēc bērni un jaunieši ir īpaši uzņēmīgi pret atkarībām.
- Atkarību veidi mūsdienu vidē.
- Agrīnās atkarību pazīmes, ko vecākiem pamanīt: uzvedības un emocionālās izmaiņas, sociālās un akadēmiskās izmaiņas, fiziskās un veselības pazīmes, atkarību veicinošās domāšanas un rīcības izpausmes.
- Vielu lietošana, digitālās atkarības, azartspēles un impulsīvas uzvedības atkarības.
- Kā stiprināt bērna psiholoģisko noturību.
- Praktiski padomi vecākiem ikdienas situācijās, ja rodas aizdomas par bērna atkarību.

Lektors: Lilita Caune, ārsts – narkologs

19.06.

PLKST.17.30-19.30



Bērnu traumatisms un drošība mājās – kā pasargāt bērnus no traumām un nelaimes gadījumiem

Tēmas:

- Biežākie traumu veidi mājas apstākļos: kritieni, apdegumi, aizrīšanās, saduršanās ar asiem priekšmetiem, elektrotraumas.
- Kā pielāgot mājas vidi dažādiem bērnu vecuma posmiem. Bīstamākās vietas mājās. Praktiski padomi, kā organizēt drošu vidi spēlēm un brīvajam laikam.
- Bērna drošība ārpus mājas: drošība rotaļlaukumos, dabā, uz ielas.
- Kā pasargāt bērnu no satiksmes negadījumiem. Drošība uz ūdens. Bērna drošība sabiedriskās vietās ceļojumos.
- Praktiski treniņi - pirmās palīdzības pamati; kā pareizi rīkoties dažādu traumu gadījumos.
- Dzīvībai bīstamas situācijas – ko darīt pirms neatliekamās palīdzības ierašanās.

Lektors: Roberts Fūrmanis, anesteziologs – reanimatologs, neatliekamās medicīnas ārsts

Informācija un pieteikšanās:

tālr.: **63082101, 63012158, 26602618**

e-pasts: talakizglitiba@zrkac.jelgava.lv

www.zrkac.lv