



Newsletter

ianuarie - martie 2017

Ne face placere sa va impartasim informatii despre activitatile Asociatiei Sol Mentis din perioada ianuarie – martie 2017

Programul de Educatie Parentala

In perioada ianuarie - martie programul de Educatie Parentala a fost derulat in parteneriat cu DGASPC Sector 5 si cu Scoala Gimnaziala Ferdinand I.

Incepand cu luna februarie programul de educatie parentala s-a desfasurat in intalniri si workshop-uri cu asistenti medicali, psihologi si educatori angajati ai creșelor "Sf. Maria" si "Sf. Stelian" din cadrul DGASPC Sector 5. Temele discutate in

Obiectivul programului este sa ajute parintii sa isi creasca copiii fara disciplina autoritara, fara a le neglija emotiile si trairile, fiind permanent in acord cu nevoile specifice varstei. Astfel, parintii mentin relatia pozitiva cu copiii pe termen lung si ii ajuta sa devina adulti empatici, toleranti fata de situatiile dificile, autonomi si cooperanti



aceste intalniri au fost Emotiile dificile ale copiilor: plnsul si crizele de furie; Disciplina democratica, fara pedepse si recompense; Jocul si rolul lui terapeutic in relatia cu copiii; Cum sa-ti pastrezi vitalitatea si pofta de viata ca parinte; Cunoasterea corpului - CE si CUM vorbim cu copiii despre sex si sexualitate si Cum sa crestem copii care vor spune NU drogurilor.

In luna martie ne-am intalnit cu parintii copiilor din clasa I-a de la scoala Gimnaziala Ferdinand I si am discutat despre efectele negative ale pedepselor si recompenselor in relatia dintre parinti si copiii si



despre modalitati alternative concrete de abordare a diferitelor situatii dificile.

Sponsori:

savana

RBC
Romanian Business Council

Parteneri:

International Association for Expressive
Dance

sol
ASOCIATIA TERAPISTILOR
2002

**Aware Parenting
Institute**



Cunoasterea Corpului - educatie pentru sanatate relationala, emotionala si sexuala

In luna martie a inceput derularea programului in cadrul noului nostru parteneriat incheiat cu Colegiul National Gheorghe Lazar din Bucuresti. Astfel, elevi din 4 clase de a X-a si din a XI-a au participat la sesiunile programului in care am discutat despre stima de sine, luarea deciziilor si complexitatea sexualitatii umane.



Atelierele de Cunoasterea Corpului - educatie pentru sanatate sexuală si emotională sunt ateliere destinate copiilor cu varste cuprinse intre 9 si 16 ani. In cadrul acestor ateliere copiii primesc informatii despre:

- **Importanta educatiei sexuale** si a cunoasterii corpului;
- **Care sunt schimbarile care intervin la pubertate** din punct de vedere fizic si emotional
- **Informatii despre boli cu transmitere sexuala**
- **Prevenirea si raportarea abuzurilor sexuale**
- **Informatii despre sanatatea sexuala** (prevenirea sarcinilor si a bolilor cu transmitere sexuala)
- **Sanatatea fizica si emotionala si respectul in relatii**




Facem educatie cu suflet
cu ajutorul TAU!

Sol Mentis®
educație cu suflet

Directioneaza 2% catre
Asociatia Sol Mentis!

Sponsori:

savana®



Parteneri:





Programul de Educație Etică

Obiectivul programului "Învățând să trăim împreună" este promovarea și cultivarea unor valori precum empatie, responsabilitate, disponibilitate pentru dialog, respect pentru sine, pentru ceilalți și pentru mediul înconjurător.

În această perioadă au fost susținute 4 cursuri Învățând să Trăim Împreună cu cadre didactice din București, Zărnesti, Constanța și Tulcea, o oportunitate de a extinde comunitatea de practică și în sud-estul țării, zona de coexistență armonioasă a mai multor culturi și religii, care vin să îmbogățească activitățile și proiectele noastre cu noi conținuturi și abordări.



În cele peste **150 sesiuni** susținute de echipa Învățând să Trăim Împreună, ca suport pentru cadrele didactice din școlile din București, elevii au continuat să se cunoască mai bine, constietizând modul în care se raportează la ceilalți, au reflectat asupra respectului față de propria per-



soana și au exersat împreună capacitatea de a se pune în locul celorlalți, comunicarea asertivă, soluționarea conflictelor prin metode nonviolente. Am început cu entuziasm colaborarea cu **13 noi cadre didac-**



tice de la Școala gimnazială nr 81, Colegiile Naționale "I.L. Caragiale" și "Cantemir Voda".

Proiectul "Noi în diversitatea lumii" a prins viața într-o nouă formă, mai extinsă, anul acesta, în perioada Școala Altfel, în Craiova, reușind să reunească, pe lângă elevii ai Liceului Teoretic "Henri Coandă", reprezentanți ai altor 2 școli și 2 licee din Craiova și Drăganesti Olt, ai Universităților din Craiova și Sofia, ai 4 asociații etnice și centre culturale.



Fiecare minoritate a prezentat portul tradițional, obiceiurile, cântecele, dansurile, preparatele specifice țării pe care o reprezintă, scenete care au ilustrat tradițiile, facilitând elevilor o mai bună cunoaștere și deschidere față de culturile prezentate. Din program, au mai făcut parte o prezentare de carte (Minoritățile din Oltenia) și 2 expoziții, una dedicată personalității bulgare Petar Beron și o a doua cu tema Atracțiile din Seul.



Programul de sprijin emotional prin metoda Sandwork Expressiv®

Programul este destinat copiilor si tinerilor din medii defavorizate, iar scopul sau este sa ii ajute pe acestia sa isi activeze procesul de adaptare si vindecare recurgand la propriul lor potential creativ. Metoda este inspirata din tehnicile de psihoterapie jungiana si din terapia prin jocul cu nisip. Programul se desfasoara cu ajutorul voluntarilor.

Perioada ianuarie - martie 2017 a fost foarte intensa in cadrul programului de sprijin emotional pentru copii din medii defavorizate. Am continuat sesiunile in cele 9 proiecte initiate in toamna 2016, iar din ianuarie am inceput alte doua noi proiecte in Bucuresti. In luna martie programul a fost extins si in judetul Prahova, la Ploiesti intr-un proiect care se deruleaza in parteneriat cu DGASPC Prahova.

Anul 2017 l-am inceput cu un nou training pentru voluntarii participanti in cele doua proiecte demarate in ianuarie la partenerii nostri de la Scoala Gimnaziala Ferdinand I si SOS Satele Copiilor - Satul Copiilor Bucuresti. Aceste proiecte vor dura pana in mai 2017 si au ca beneficiari 20 de copii aflati in grija partenerilor nostri.



La inceputul lunii martie, Sandwork Expressiv a ajuns si in Ucraina. Cu sprijinul International Association for Expressive Sandwork si al Asociatiei Sol Mentis. Echipa noastra de traineri IAES a asistat si pregatit

14 voluntari ucrainieni din Kiev si Pokrovsk care vor lucra cu 24 de copii afectati de tragedia razboiului din estul tarii.



Tot in luna martie s-au incheiat 3 dintre proiectele de sprijin emotional incepute in toamna 2016. Beneficiarii acestor proiecte au fost copii aflati in grija partenerilor nostri.



tri de la DGASPC Sector 6, DGASPC Sector 5 si Scoala Gimnaziala Principesa Margareta. Alaturi de copii, in proiecte au lucrat peste 20 de voluntari, carora le multumim pentru dedicare si sustinere.



In 22-23 martie, la Ploiesti, am desfasurat trainingul initial, pentru cei 8 voluntari care vor participa in proiectul desfasurat in parteneriat cu DGASPC Prahova. Beneficiarii acestui proiect sunt 8 copii din programul de Asistenta Maternala al Directiei.

