

ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ

Το Κέντρο Ατομικής και Οικογενειακής Θεραπείας και το Επιστημονικό Κέντρο Σύγχρονης Διαιτολογίας & Διατροφικής Υποστήριξης διοργανώνουν το Βιωματικό Σεμινάριο για γονείς και μέλλοντες γονείς με θέμα:

"Γονείς, Παιδί και Τροφή.

Αναπτύσσοντας μία υγιή σχέση φροντίδας".

Η υγιής και ισορροπημένη σχέση με την τροφή ξεκινά από τη βρεφική ηλικία και περνάει από διάφορα στάδια και κομβικά σημεία κατά την παιδική και εφηβική ηλικία. Σκοπός μας

είναι να συνειδητοποιήσουμε την επίδραση της σχέσης αυτής στην υγεία του σημερινού παιδιού και του αυριανού ενήλικα, καθώς και τη σχέση του παιδιού με το σώμα του.

Καθώς λοιπόν η οικογένεια είναι το πρώτο και σημαντικότερο πλαίσιο μέσα στο οποίο θα χτιστεί η σχέση αυτή, σκοπός του σεμιναρίου είναι να μεταδώσει στους γονείς τις απαραίτητες γνώσεις σχετικά με τις διατροφικές και συναισθηματικές ανάγκες των παιδιών αλλά και να δώσει την ευκαιρία να ακουστούν σχετικοί προβληματισμοί, αγωνίες, συναισθήματα και εμπειρίες.

Η βιωματική φύση του σεμιναρίου θα επιτρέψει στους συμμετέχοντες να αλληλεπιδράσουν μεταξύ τους στα ασφαλή πλαίσια της ομάδας με τη βοήθεια ασκήσεων και παροχής πληροφορίας.

Με την ολοκλήρωση των 10 συναντήσεων, οι συμμετέχοντες θα έχουν κατανοήσει, μεταξύ άλλων, πώς αρχίζει να αναπτύσσεται η διατροφική συμπεριφορά των παιδιών, ποιος ο ρόλος τους σε αυτό, καθώς και πρακτικές για το τι πρέπει να κάνουν οι γονείς με παιδιά υπέρβαρα ή παχύσαρκα.

Θα πραγματοποιηθούν **10 δίωρες συναντήσεις ανά 15 ημέρες**

Η πρώτη συνάντηση θα πραγματοποιηθεί την Παρασκευή στις 16/1/2015 και ώρα 19.00

Κόστος συμμετοχής: 40 ευρώ/συνάντηση

Τόπος Διεξαγωγής: Αγίας Σοφίας 1, Νέα Σμύρνη