תכנית הרצאות וסדנאות להורים ולמשפחות
לשנת 2023-2024

מושבה בטוחה (לוגו)

בית להורים מעורבים

האם אתם.ן שואלים ושואלות את הילדים שלכם:

היכן הם מבלים?

מי החברים שלהם?

האם הם שותים אלכוהול?

אנו מזמינים אתכם להסתובב באחד מלילות שישי בעיר ומבטיחים לכם שתגלו לא מעט הפתעות!

הצטרפו למתנדבי סיירת "מושבה בטוחה"-הורים הפועלים בהתנדבות לצמצום התנהגויות של אלימות ,שימוש ומכירת סמים ואלכוהול בקרב בני נוער.

הורים התעוררו!

מהיום שמים לב!!!

צרו עמנו קשר: 03-7602484 horim10@gmail.com

הורים מעורבים,

שנה חדשה עומדת בפתחנו, שנה מלאה בסדנאות, הרצאות, קבוצות הורים, מפגשים משמעותיים עם הילדות והילדים שלכם.ם וכמובן איתכם.ן הורים מעורבים רמת השרון.

מרכז ההדרכה העירוני למשפחה, מרכז "חושבים הורות", הקיים למעלה מ 15 שנה ממשיך להתפתח ולהתחדש בתכנים הרלוונטיים ביותר עבורכם.ן ההורים מהגיל הרך ועד לבוגרים ולתת מענה לסוגיות הבוערות העולות מהשטח אליו אנו כה מחוברות.

"חושבים הורות" פועל תחת הרשות למניעת אלימות והתמכרויות ובשיתוף הרשות הלאומית לביטחון קהילתי במשרד לביטחון פנים. אנו פועלים כל השנה לקידום ויצירת חברה השוללת התנהגויות סיכון.

השנה בחרנו לשים דגש מיוחד לתופעות החרם והבידוד החברתי המופיעות בכל עבר.

גם כאן, לנו ההורים תפקיד משמעותי ועיקרי במיגור תופעות אלו וביצירת אקלים משפחתי וחברתי המקנה ערכים של כבוד האדם וקבלת השונה.

אנו מאמינות כי בעזרת חשיפה לכלים משמעותיים בהורות, הרצאות מעשירות וסדנאות מדויקות ורלוונטיות, ניתנת לכן.ם ההזדמנות ליצור חוויה הורית מיטבית שתסייע לכם לנהל את הבית בביטחון יציבות, כיבוד גבולות ותקשורת פתוחה ומכבדת.

צוות מרכז חושבים הורות מאחל לכולן.ם שנה טובה ואנו מזמינות אתכן.ם להשתתף במגוון הפעילויות המוצעות לכם בתכנית השנתית.

גם השנה, תוכלו לעקוב ולהתעדכן בפעילויות מרכז "חושבים הורות" בכלל ערוצי המדיה בפייסבוק, באינסטגרם ,ביוטיוב, בוואטסאפ ובאתר העירייה.

הישארו מעודכנים והצטרפו לקהילת הורים מעורבים רמת השרון במדיות השונות .

שלכם.ן,

פזית הק	אושרת פילא
ראש הרשות למניעת אלימות והתמכרויות	מנהלת מרכז ההדרכה העירוני
יועצת לקידום מעמד האישה ולשוויון מגדרי	מרכז "חושבים הורות "

חושבים הורות

מרכז הדרכה עירוני למשפחה

תכנית הרצאות שנתית 2023-2024

התכנית כתובה בלשון זכר ופונה לגברים ונשים כאחד

יוצאים מהבית לערב שכולו זמן איכות להורים...

23.10.23? המתנה הכי גדולה של ההורים:

טיפוח ערך עצמי ומסוגלות עצמית להגברת החוסן הנפשי של הילדים. ד"ר נעמי אפל

ערך עצמי (Self Esteem) ומסוגלות עצמית (Self-Efficacy) גבוהים הם ממשתני החוסן הנפשי החשובים ביותר בחיינו וקשורים לרמת האושר והבריאות הנפשית של כולנו. המפתח העיקרי לטיפוחם נמצא אצל הדמויות המשמעותיות בחיי הילד.

בהרצאה נבהיר את שני המושגים ואת הקשר ביניהם, ונלמד טכניקות חדשות ויעילות אשר בכוחם להעצים באופן משמעותי שני משתנים אלו באמצעות כלים פשוטים וישימים, פרי פיתוחה של ד"ר נעמי אפל, אשר כתבה על כך בעשרה ספרים שפרסמה.

מרצה: ד"ר נעמי אפל היא מומחית ומדריכה מוסמכת לטיפול התנהגותי קוגניטיבי CBT מנהלת מכון שיטות, מרצה ומחברת הספר "לדבר CBT עם הורים וילדים" ועוד רבים אחרים.

ההרצאה מתאימה לכלל ההורים

20.11.23 המפתחות להבנת המתבגרים שלכם - לימודים, חיפוש עצמי ומשמעות בחיים .דוד בנאי.

ההרצאה הזו תיתן לכם מפתחות אל נפשם הסוערת של המתבגרים. דרך הבנת תהליכי הלמידה והמפגש בין קונפורמיות וייחודיות בתהליך ההתבגרות, תקבלו ידע וכלים להבנת המתבגרים ה "נורמטיביים" ובעלי הצרכים המיוחדים. בואו להבין את קשיי הלמידה שלהם , את המשאלות הפנימיות , את הסיבות לסגירות, להתנגדות , לאובדן המוטיבציה ללמוד ועוד.

מההרצאה הזו תצאו עם ידע חדש והבנה עמוקה לדרך ההתנהלות המתאימה עם המתבגרים בבית.

מרצה: דוד בנאי , פסיכולוג קליני, מרצה מבוקש, מטפל ומדריך בכיר בתחום החינוך.

ההרצאה מתאימה לכלל ההורים למתבגרים עם התייחסות להורים לילדים עם צרכים מיוחדים.

כל ההרצאות מתקיימות בשעה 20:00 באשכול הפיס-רחוב העבודה 12 רמת השרון

25.12.23 " להיות הורה עם סמכות משמעותית" טל מימון

ההורות יכולה לעיתים להיות עיסוק שוחק, קשה ומורכב ביותר. האינטנסיביות הנדרשת מכם והצורך לווסת בין הצרכים האישיים , המקצועיים והמשפחתיים שוחקת לא פעם את הסמכות ההורית ואת היכולת לפעול ולהגיב באופן אפקטיבי להתנהגויות מאתגרות של ילדים ומתבגרים.

אין זה סוד כי סמכותם של הורים בשנים האחרונות התערערה , הורים רבים מוצאים את עצמם לא מעט מואשמים בחוסר יכולתם "להציב גבולות" ולהתמודד עם התנהגות הילדים.

אז מה אפשר לעשות?

בהרצאה זו נעסוק בדרכי התמודדות המסייעות לחזק אתכם ההורים, נלמד כיצד אפשר לפעול לשיפור מערכת היחסים עם הילדים ולצמצם קשיי התנהגות במסגרת החינוכית ומחוצה לה, נלמד על עידוד ויצירת מוטיבציה חיובית ללמידה. כן, זה לגמרי אפשרי !

המרצה: טל מימון (MSW) עו"ס קליני מתמחה בעבודה עם ילדים ונוער, מדריך הורים ומנחה צוותים חינוכיים.

ההרצאה מתאימה לכלל ההורים.

22.1.24 "באות בטוב" מופע חדשני להורים לגיל הרך המאפשר הצצה מרתקת ל'מאחורי הקלעים' של הדרכות הורים. טלי שילה ושירלי טמיר.

הצצה מלאת השראה אל מאחורי הקלעים של הדרכת הורים. שירלי טמיר, בלוגרית הורות, שהנרמול, הכנות וההומור הם בבסיס ערכיה, מלווה בחמש שנים האחרונות ע״י טלי שילה, מאמנת ומדריכת הורים, המתמחה בגיל הרך. טלי השפיעה בצורה משנת חיים על עיצוב ההורות שלה ושל ׳החצי׳ השני שלה. בדיאלוג המתקיים ביניהן, משתפת שירלי באתגרי ההורות היומיומיים וטלי מסבירה את הערך הענק שיש בכלים אותם היא מעניקה בהדרכות הורים.

גם אתם תוכלו להתחיל ליישם אצלכם בבית כבר למחרת בבוקר.

הנחיית המפגש : טלי שילה מדריכת הורים מוסמכת מכון אדלר ומשרד החינוך ושירלי טמיר בלוגרית הורות.

ההרצאה מתאימה להורים לילדים בגילאי 0-6

כל ההרצאות מתקיימות בשעה 20:00 באשכול הפיס , רחוב העבודה 12 רמת השרון.

פברואר 2024 - שבוע הרצאות ארצי בשיתוף "פורום מרכזי הורות יישוביים" מגוון עשיר של הרצאות להורים בפריסה ארצית באון ליין.

מגוון הרצאות בשידור חי בזום ובעמוד הפייסבוק "הורים לוקחים אחריות" ללא עלות בהרשמה בלבד.

התכנית המלאה תפורסם בסמוך למועד בקבוצת הוואטסאפ ובאתר עיריית רמת השרון.

27.5.24 מסיכון לסיכוי- סיפור ההצלחה של מופרעת קשב והיפראקטיבית. נעמה אהרונוביץ'

הורים לילדי הקשב וההיפראקטיביות ההרצאה הזו היא עבורכם.

נעמה שאובחנה כילדה היפר אקטיבית, עם בעיית קשב חמורה, מצאה את עצמה נזרקת מכל כיתה. מאחוריה עומדת אימא מופלאה, שמעולם לא ויתרה והאמינה בכישרונות הרבים והיכולות החבויים בה. דרך העקשנות שלה והמלחמות הרבות שנאלצה להילחם למענה היא זרעה זרעי אמונה שצמחו לאיטם לסיפור הצלחה יוצא דופן.

זו הרצאה שתזיז אתכם באי נוחות בכיסא, תגרום לכם לצחוק עד השמיים ובעיקר תשקף לכם, דרך סיפור החיים האישי של נעמה את הכלים והתובנות החשובות שמוטלות עלינו ההורים, בייחוד לילדים המתמודדים עם אתגרים, בדרך להצמיח אנשים מצליחים ומוערכים סביבנו.

המרצה: נעמה אהרונוביץ' בעלת 2 תארים בחינוך, 2 תארים בקרימינולוגיה, ובדרך לעוד אחד נוסף ... תעודת מאמנת כדורסל- יש תעודת מדריכת טיולים בארץ ובחו"ל- יש תעודת ליצנית רפואית- יש תעודה בפסיכודרמה- יש ועוד...ועוד... אשת חינוך שגדלה עם חוסר הערכה ממסדית, קרימינולוגית וחוקרת את תחום הפרעת הקשב והריכוז. מרצה ומטפלת שלא עושה את זה פורמאלי- סה"כ 25 שנים.

ההרצאה מתאימה להורים לילדי הקשב וריכוז והיפראקטיביות ולכל הורה שרוצה לקבל השראה ידע וכלים להצלחה בגידול הילדים.

כל ההרצאות מתקיימות בשעה 20:00 באשכול הפיס-רחוב העבודה 12 רמת השרון

רכישת כרטיסים בעמוד חושבים הורות באתר עיריית רמת השרון

www.ramat-hasharon.muni.il

כל ההרצאות מתקיימות בשעה 20:00 באשכול הפיס , רחוב העבודה 12 רמת השרון

לפרטים נוספים טלפון 03-7602484

דוא"ל: horim10@gmail.com

הישארו מעודכנים:

הורים מעורבים רמת השרון

Horim_meoravim_ ramat_ Hasharon

https://chat.whatsapp.com/KF0nq9BnMsb2ZIMkuRhe0i

תכנית סדנאות שנתית 2023-2024

חדש

הדרכת הורים לאבות בלבד "אבא מחובר" לילדי הגיל הרך

השנה, אבות מעורבים, חשבנו במיוחד עליכם!

כי מגיע לכם מקום וזמן ייחודי בו תוכלו להיפגש, לפרוק, להתייעץ ולקבל כלים משמעותיים בניהול ההורות שלכם ולא פחות חשוב , ללמוד איך לשמור על הזוגיות מול כל האתגרים ולייצר תקשורת פתוחה בבית ובמשפחה.

אז אם גם לכם ילדים בגיל הרך וגם לכם לא תמיד קל, הצטרפו לקבוצה !

שישה מפגשים מלאי תוכן תכל'ס שיעשו לכם הרבה סדר ויחשפו אתכם לסודות הכי שמורים להורות וזוגיות מאוזנות וטובות.

הסדנה בעלות מסובסדת של 180 ₪ בהנחיית מדריך הורים מומחה בליווי אבות ובשיתוף "אבא- מרכז נעמ"ת לאבות".

חדש

קבוצה ייחודית לאימהות יחידניות.

כשאת אמא יחידנית ,ההתמודדויות היומיומיות שלך ייחודיות וכך גם האתגרים איתם את מתמודדת.

הקבוצה היא המקום לקבל כלים וידע יישומי בסוגיות ההורות, לשתף ולחלוק מעט מהעומס ובעיקר לשפר את מערכות היחסים שלך עם עצמך, ילדייך וסביבתך.

בואי לפגוש אימהות באווירה חמה, לקבל כלים משמעותיים בהורות שלך ולהשקיע זמן איכות בעצמך. מגיע לך!

הסדנה בת 8 מפגשים, בימי שישי בבוקר (לסירוגין) וכוללת הרצאות ממוקדות להתנהלות כלכלית מיטיבה.

הסדנה בעלות מסובסדת של 160 ₪ ובשיתוף ויצ"ו סניף רמת השרון.

חדש

סדנה להכשרת הורים מנהיגים בעידן דיגיטלי "מסכים בטוב".

הילדים שלנו נולדים הישר לתוך עידן הטכנולוגיה והמסכים. רגע לפני שהחלטתם לתת להם את המכשיר לידיים, בואו ללמוד איך אפשר לצרוך טכנולוגיה בצורה בריאה, מהם הדרכים לייצר איזון והתנהלות טובה עם מסכים? מהי ההשפעה של המסכים על המוח של ילדינו ובעיקר איך נמנע מקונפליקטים?

בסדנה נלמד לייצר חלופות למסך ונקבע סט כללים בבית שישמר גבולות באהבה.

הסדנה בת שלושה מפגשים, ומיועדת להורים לילדים בגיל הרך ובגילאי היסודי.

הסדנה בעלות מסובסדת של 100 ₪ ותועבר על ידי מאמנת מוסמכת לצריכה דיגיטלית ומנחת הורים.

הדרכת הורים קבוצתית להורים לילדים בגיל הרך – רכישת כלים שימושיים להתמודדות עם אתגרי הגיל.

להיות הורים לילדים בגיל הרך זו התמודדות יומיומית המלווה באתגרים וקושי לצד אהבה גדולה וסיפוק. בסדנה זו תוכלו ללמוד כיצד להתמודד עם המאבק לעצמאות ונפרדות האופיינית לגיל הרך, לרכוש כלים להצבת גבולות ברורים ותקשורת טובה במשפחה.

כי להיות הורים צריכים ללמוד ואנחנו פה בדיוק בשביל זה

הסדנה בת שישה מפגשים ומיועדת להורים לילדים בגילאי 1-6

הסדנה בעלות מסובסדת של 180 ₪ לכל הסדנה ומועברת על ידי מנחת הורים בכירה.

חדש

הדרכת הורים לשיפור מיומנויות חברתיות- להניע קדימה!

ילדים נולדים עם עולם פנימי מפותח ועשיר. לעיתים, המעבר מהעולם הפנימי לעולם שבחוץ יכולים להיות מלווים בקושי ואתגר ביצירת קשר, בפיתוח בטחון עצמי ותחושת מסוגלות חזקה וכאן אתם ההורים נכנסים לתמונה!

שואלים את עצמכם האם להכריח את הילד להיפגש עם חברים? עד כמה להתערב כשהיא רבה שוב ושוב עם חברות? או אולי היא חשה שאין לה חברות..?

בסדנה נדון בסוגיות חברתיות ואישיותיות המאפיינות את תקופת בית הספר היסודי ונלמד מה אנו יכולים לעשות על מנת לסייע להם להרגיש טוב, לזמן קשרים ולפתח בטחון בעצמם.

הסדנה בת ארבעה מפגשים ומיועדת להורים לילדים בכיתות א' עד ו'.

הסדנה בעלות מסובסדת של 120 ₪ לכל הסדנה ומועברת על ידי מדריכת הורים מומחית בתחום הרגשי חברתי.

חדש

סדנה לסבתות בעידן המודרני- איך לשמר ולחזק את הקשרים במשפחה?

כבר מזמן הבנו שלסבתות של היום יש צרכים שונים וחיים מלאי פעילות ..

הדילמות העולות בתוך המשפחה, היחסים עם הילדים , הנכדים יכולים להיות אתגר לא פשוט. איך משלבים את הכל ושכולם יהיו מרוצים? האם זה אפשרי בכלל?

בואי לשתף, לחלוק ולקבל ידע מקצועי וכלים מעשיים ליצירת המשפחה והחיים שתמיד רצית, לחיות חיים באיזון ושלווה , ביחסים טובים ואהבה למרות האתגרים וההתמודדויות של כל אחד ואחת.

הסדנה בת שישה מפגשים ומתקיימת בשעות הבוקר.

הסדנה בעלות מסובסדת של 180 ₪ ותועבר על ידי מומחית באימון יחסים במשפחה ובשיתוף האגף לשירותים חברתיים.

הדרכת הורים למתבגרים –כי המתבגרים של היום הם לא המתבגרים שהיינו...

בעידן שבו אנו חיים, גיל ההתבגרות הולך ומקדים מחד ומתארך עד לגילאים מאוחרים מאידך, בשונה ממה שהכרנו בעבר.

כאשר מתחילים להופיע השינויים הראשונים, הן ברמה הפיזיולוגית והן ברמה הקוגניטיבית-התנהגותית, עלינו להתאים את עצמנו ואת תגובותינו במהירה על מנת לשמור על מערכת יחסים תקינה וחיובית עם ילדינו.

בסדנה נעבוד על חיזוק הקשר והשיתוף עם ילדנו , נלמד להציב גבולות בנושאי מסכים, יציאות חברתיות ובכלל.

נדבר על התמודדויות יומיומית בחיי המתבגרים ונלמד מה ניתן לעשות על מנת לסייע להם להתבגר בטוב. זה לגמרי אפשרי!

הסדנה בת שישה המפגשים ומיועדת להורים לילדים בגילאי יסודי

הסדנה בעלות מסובסדת של 180 ₪ ומועברת על ידי מדריכת הורים מתמחה במתבגרים.

לאור ההצלחה חוזרות למחזור נוסף!

"חזקות ביחד "- הגנה עצמית מעצימה לאימהות ומתבגרות בשיתוף עמותת "אל הלב"

זוהי סדנה שהיא כולה חוויה משותפת לאם ולבתה, הזדמנות ליצירת דיאלוג מעמיק וזמן איכותי יחד תוך רכישת מיומנויות להגנה עצמית.

המפגשים עוסקים בהיבטים השונים של הקשר אם-בת: תקשורת מקרבת, נשיות ומיניות, גבולות, העצמה והתפתחות אישית, התמודדות עם קונפליקטים, מניעת התנהגות סיכונית ועוד.

מומלץ לכל אם ומתבגרת (12-16) עם התייחסות מיוחדת לגיל ההתבגרות בהיבטיו השונים.

הסדנה בת חמישה מפגשים ומיועדת לאימהות ומתבגרות.

מחיר הסדנה: 350 ₪ לאם ובת יחד לכל המפגשים ומועברת על ידי מדריכת "אל הלב" מוסמכת באמנויות לחימה והנחיית קבוצות.

סדנא להורים לילדים עם הפרעת קשב וריכוז.

בסדנא נלמד מהי הפרעת הקשב ? כיצד ניתן להראות לילד את כוחותיו ויכולותיו לגרום לו להאמין בעצמו ובכך לצמצם את האפשרות להתנהגויות סיכוניות.

בואו ללמוד כיצד ניתן לקדם את ילדי הקשב תוך הבנת הדילמות והמצבים איתם הם מתמודדים.

הסדנה היא גם המקום בו תוכלו לשתף ולחלוק מהקושי שלכם ,להתגבר ולמצוא יחד את הכוח לצמוח ולהגיע להישגים.

*הרשמה מותנית בראיון מקדים עם מנחת הסדנה.

הסדנה בת עשרה מפגשים ומיועדת להורים לילדים מאותגרי קשב וריכוז והיפראקטיביות

הסדנה: 360 ₪ למשתתף לכל המפגשים ומועברת על ידי מאמנת מוסמכת מומחית להפרעות קשב וריכוז.

כל הסדנאות מועברות בקבוצות ,בצורה דינאמית ופתוחה תוך שיתוף בין המשתתפים.

כל המנחים בעלי תארים אקדמאיים, בעלי ניסיון רב בתחומי החינוך השונים ומנחים מוסמכים להנחיית קבוצות הורים.

הרשמה לסדנאות באתר עיריית רמת השרון

www.ramat-hasharon.muni.il

טלפון 03-7602484

דוא"ל: horim10@gmail.com

הישארו מעודכנים:

הורים מעורבים רמת השרון

Horim_meoravim_ ramat_ Hasharon

https://chat.whatsapp.com/KF0nq9BnMsb2ZIMkuRhe0i