

# Gyerektréner Önkéntes képzés

## Kedves Kollégák!

2023 februárjában indítjuk újabb Gyerektréner képzésünket!

### Témánk:

A feszültségkezelést támogató 45 perces, **gyerekeknek szóló Sulinyugi** tréning elsajátítása, amire később a további tréningek, elmélyítő foglalkozások épülnek.

### A képzés tartalma:

**3 csoportos képzésből, megfigyelésből** (hospitálás) és önálló, de általunk is kísért **gyakorlási alkalmakból** áll.

A teljesen önálló munka akkor kezdődik el, amikor már biztonságban érzi magát az önkéntes és mi is felkészültnek találjuk erre. Egy tréninget 2 fő vezet, így páros munkában is gyakorlatot szerezhhetnek az önkénteseink. A csoportokat a saját iskolákban, ismerős iskolákban is megtarthatjátok.

### Mennyibe kerül?

A képzést két formában is megkaphatod:

1. **A képzést díjmentesen** az alapítvány adományaiból szervezzük, meg, azért, hogy így segítsük a lehető leghatékonyabban, hogy minél több gyerekhez jussanak el a Nyugiüzenetek. Ezért azt kérjük, hogy te az **önkéntes munkával viszonzod ezt az Alapítványnak.**  
vagy
2. **Adományként támogatva a képzés árával az Alapítványt.** Amennyiben már most, vagy **a harmadik alkalom után te döntesz úgy**, bármilyen okból, hogy **nem szeretnél önkéntesként elköteleződni**, kérjük **támogasd a képzés költségével az alapítványt, adományként elutalva azt.** Az első 3 nap + 1 nap hospitálás **költsége 30.000 Ft**, ezzel a gyerektréning finanszírozását is segíted.

### A képzés helye:

CEU, 1051 Budapest, Nádor u. 15.

*A hospitálások különböző – várhatóan nagyrészt budapesti – iskolákban lesznek megtartva.*

### A képzés időpontjai:

1. alkalom: **2023. február 3. péntek 9:00-12:30**

2. alkalom: **2023. február 10. péntek 9:00-12:30**

**Hospitálás február 10. – március 3. között:** egy Sulinyugi foglalkozás megfigyelése (több időpont is lesz, amiből lehet majd választani)

3. alkalom: **2023. március 3. péntek 9:00-12:30**

További **gyakorlási alkalmak** budapesti iskolákban (akár saját iskolában is megszervezhető).

**Jelentkezni az alábbi Google Form kitöltésével lehet, 2023. január 15-ig:**

<https://forms.gle/YzpvsnNGExBmy5kD7>

**Szeretettel várjuk jelentkezésedet! :)**

**További kérdés esetén keress bizalommal!**

Üdvözlettel:

Juhos Dóra,

pszichológus,

Sulinyugi gyerekrener és koordinátor

E-mail: [juhos.dora@nyugizona.hu](mailto:juhos.dora@nyugizona.hu)