

Warsztaty Odporności Psychiczej dla młodzieży



Co robimy?

Uczymy młodych, jak dojść do własnego Bieguna – zanim dojdzie ich kryzys psychiczny.

W ubiegłych czterech latach zaangażowaliśmy w nasze działania ponad **9 tys.** uczestników - zarówno dzieci, młodzież i osoby dorosłe.



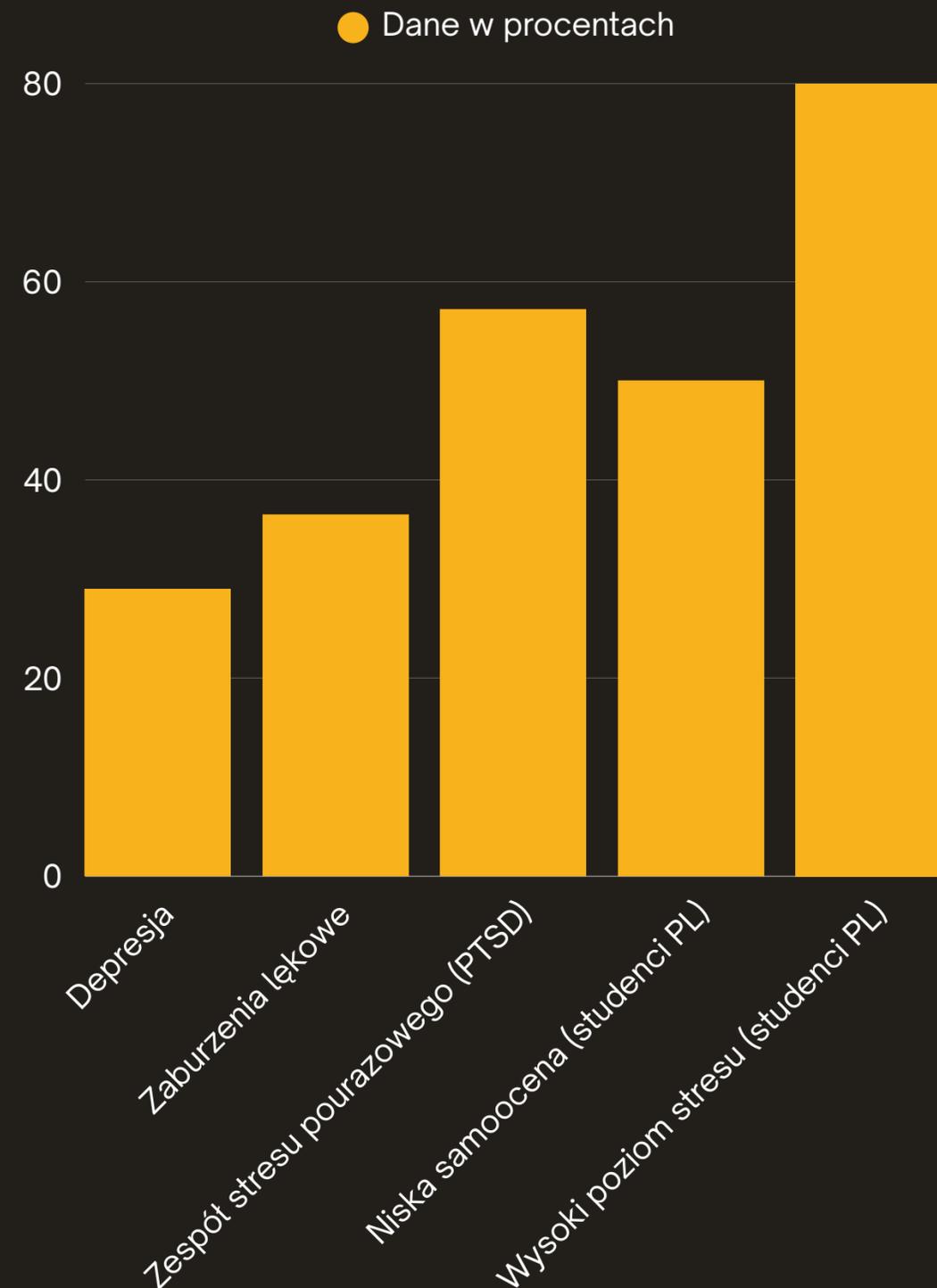
Siła wewnętrzna to kompetencja przyszłości



Dlaczego dzieci tego potrzebują?

Coraz więcej młodych ludzi zmaga się ze stresem, brakiem koncentracji i niską samooceną. Nasze warsztaty uczą, jak radzić sobie z presją, rozwijać odporność psychiczną i budować poczucie własnej wartości.

Zaburzenia psychiczne, niska samoocena i poziom stresu wśród młodych Polaków



Historia pierwszego absolwenta

Jasiek
Mela

Po serii tragedii – śmierci brata, pożarze domu i wypadku, w którym stracił rękę i nogę – czternastoletni Jaś stracił nadzieję na przyszłość. **Wtedy rozpoczął współpracę z Markiem Kamińskim, który przez dwa lata wraz z lekarzami i psychologami przygotowywał go do niezwykłej wyprawy.**

W 2004 roku **wspólnie zdobyli oba bieguny**, a Jaś stał się najmłodszym w historii zdobywcą

Ta historia pokazała, że nawet w obliczu największych trudności można odnaleźć nowy sens życia – jeśli pojawi się właściwe wsparcie i wartości.

Z tych doświadczeń narodziła się Life Plan Academy – program, który dziś pomaga dzieciom i młodzieży odnaleźć własny biegun.



Nasza oferta

Trzy formaty dopasowane do potrzeb szkoły

 PIERWSZY KROK

1 dzień
(4h)

2600 zł brutto

 DROGA

2 dni
(10h)

4290 zł brutto

 EKSPEDYCJA

4 dni
(20h)

6890 zł brutto



Co zawiera każdy program?



Trener – doświadczeni prowadzący, praca z młodzieżą



Materiały dla uczniów – workbooki do ćwiczeń



Materiały biurowe – pisaki, karteczki, markery

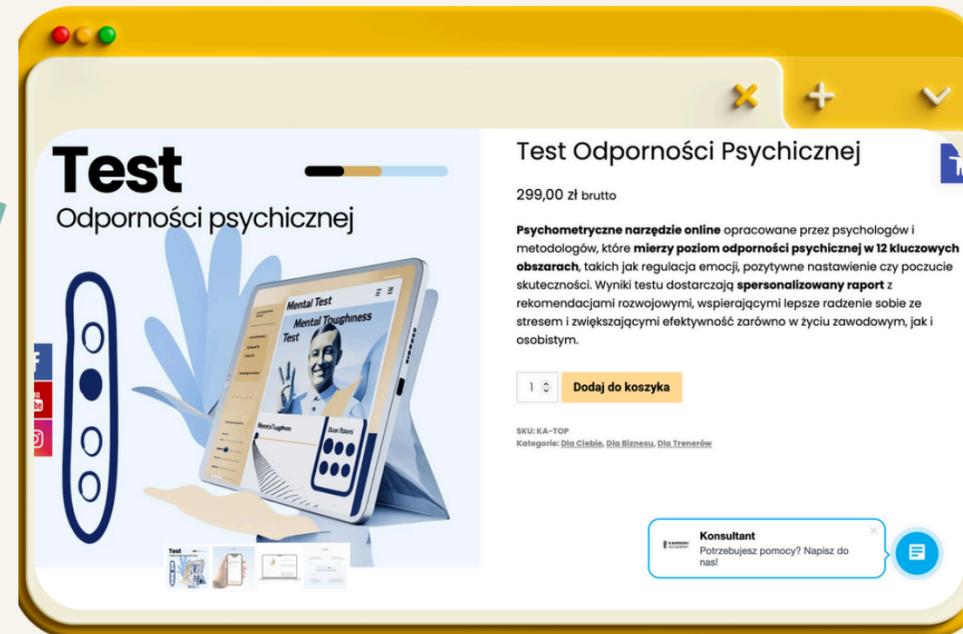


Organizacja – pełne wsparcie operacyjne

Dodatki do programów



Książki Marka Kamińskiego
ze zniżką 30%



Test Odporności Psychiczej
od 69 zł/szt.



Kurs Odporności Psychiczej
online
od 109 zł/szt.

Nasi trenerzy



**PIOTR
KACZMARSKI**



Ukończył studia coachingowe, a teraz studiuje psychologię ze specjalizacją neuropsychologia. Dzięki temu lepiej rozumie mechanizmy działania emocji i umyśtu.

**KAMILA
MAZUREK**



Założycielka MK Institute. Certyfikowany RMP i RSMP Master. Współautorka książki „Sztuka Inspirowania”. Twórczyni programu rozwojowego „Przejdź bezpiecznie przez zmianę”.

**AGNIESZKA
ŻOŁTOWSKA**



Certyfikowana trenerka mentalna oraz współautorka Mental Edu. Trenerka Efektywnej Nauki, Techniki Wolności Emocjonalnej EFT.

**KATARZYNA
LUBOWIECKA**



Certyfikowana trenerka mentalna, autorka programu efektywnego uczenia się Master Edu. Konsultantka psychologii pozytywnej, doradca zawodowy, mediator.

Case Study

To działa w szkołach i miastach



ANKIETA - warsztaty Life Plan Academy (LPA)

(Jeśli chcesz, napisz) Twoje imię i nazwisko

1. Czego dowiedziałeś/dowiedziałas się podczas warsztatów LPA; co było najciekawsze?

Na warsztatach dowiedziałem się w jaki sposób dojść do swoich celów i marzeń. Najciekawsze w tym wszystkim była rozmowa o warunkach i swoich wartościach oraz obecność trenerów.

2. Na jakim etapie realizacji Bieguna (celu) jesteś?

- planuję realizację
- w trakcie realizacji
- został zrealizowany
- trudno powiedzieć

3. (Jeśli chcesz, napisz) Proszę podzielić się co jest Twoim Biegunem (celem).

Moim celem w przyszłości jest być szczęśliwym, podróżować, spełnić się zawodowo oraz znaleźć kochającą się rodzinę.

4. Czy warsztaty LPA przydadzą Ci się w szkole, w domu, w planowaniu na przyszłość?

Zakreśl:

1-wcale 2- trochę 3- średnio 4-dobrze 5- bardzo dobrze

5. Czy trener wspierał Cię na zajęciach? Zakreśl:

1-wcale 2- trochę 3- średnio 4-dobrze 5- bardzo dobrze

6. Komu poleciłbyś warsztaty LPA?

Rodzinie

7. Czy zmieniłbyś/zmieniłabyś coś w warsztatach?

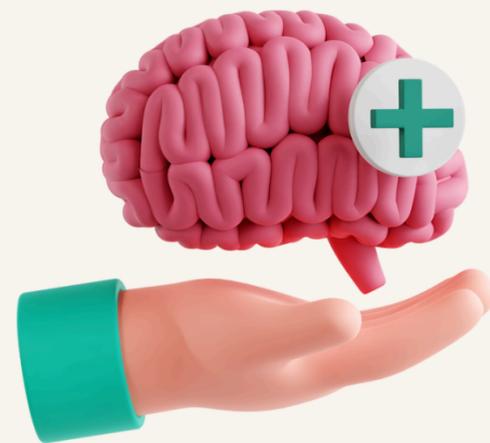
Nie zmieniłabym nic w warsztatach.



Dlaczego warto?



**Rozwój kompetencji
przyszłości**
(odporność, współpraca,
wytrwałość)



**Profilaktyka zdrowia
psychicznego uczniów**



**Innowacyjny program oparty
na Metodzie Biegun**



**Wizerunek szkoły/miasta
jako miejsca dbającego
o młodzież**

Skontaktuj się z nami



Magdalena Jarmaczyk

Project Manager

Telefon :

+48 571 608 452

Email :

magdalena.jarmaczyk@kaminski.pl



Strony internetowe :

www.kaminskifoundation.life
www.kaminskiacademy.com

Social Media :

@kaminski_foundation
@kaminski_academy