



**Uniwersytet  
Dzieci**

**Gdzie istnieje  
granica nadmiaru  
zajęć i obowiązków  
dziecka?**



**Gdzie jest granica?**



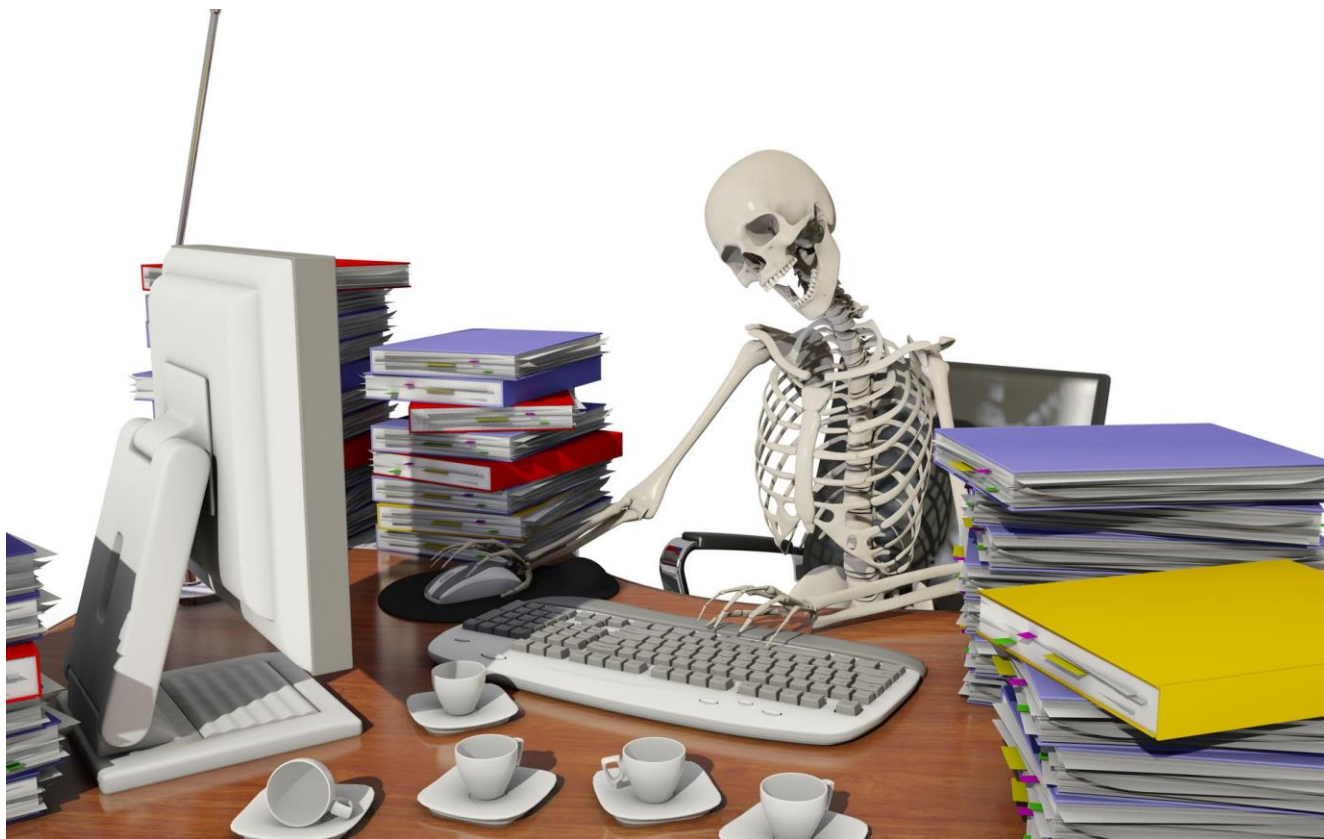
# Zacznijmy od siebie?

---

Gdzie leży nasza granica?



## Ku przestrodze. Karoshi.



# Work life balance...

---

... też dla dzieci.

# Alarm nr 1

## Zmęczenie fizyczne.

---

Ważna uwaga.

Nawet przy wielu zajęciach sportowych pamiętajmy o spontanicznym ruchu i rozładowaniu energii.

---

# Alarm nr 2

## Przeciążenie psychiczne.

---

- Stres,
  - Problemy ze snem,
  - Frustracja,
  - Problemy z koncentracją,
  - Problemy z pamięcią.
- 

**Ważna uwaga.**

# Alarm nr 3

## Brak czasu.

---

Brak czasu na spontaniczną zabawę,  
Brak czasu na relaks,  
Brak czasu dla siebie,  
Brak czasu na marzenia,  
Brak czasu na bycie dzieckiem, nastolatkiem.

---

**Brak czasu z rodzicem!!!**



# Alarm nr 4

## Brak zainteresowania.

---

Gdy pasja zamienia się w obowiązek  
i przykrą konieczność.

Przymus.

Nadmierna ekspozycja.

Spełnianie nie swoich ambicji.

---

# Szósty nr 5

## Brak sensu/celu.

---

Trudniej pogodzić się z obowiązkami, jeżeli nie widać celu.

A może jednak czasem go nie ma?

A może czasem cel nie jest warty wysiłku?

---

# Alarm nr 6

## Brak wiary w siebie i bezwarunkową miłość.

---

Zwątpienie w bycie wystarczająco dobrym  
dla rodzica.

---

„Zasługiwanie” na miłość rodzica.



**Uniwersytet  
Dzieci**

**Dziękujemy  
za uwagę**



Uniwersytet  
Dzieci

# Z dużą ilością tekstu

**Aliquam dictum felis vel lacus rhoncus faucibus. Maecenas congue consequat mollis. Sed enim eros, tincidunt sit**

---

Przykładowy tekst. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Mauris elementum tellus ut dui tristique, eget semper tellus vehicula. Aliquam dictum felis vel lacus rhoncus faucibus. Maecenas congue consequat mollis. Sed enim eros, tincidunt sit amet vehicula nec, ultrices at eros. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. In maximus sem mi, non mattis urna ultricies ut. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. In maximus sem mi.

Przykładowy tekst. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Mauris elementum tellus ut dui tristique, eget semper tellus vehicula. Aliquam dictum felis vel lacus rhoncus faucibus. Maecenas congue consequat mollis. Sed enim eros, tincidunt sit amet vehicula nec, ultrices at eros. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. In maximus sem mi, non mattis urna ultricies ut. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. In maximus sem mi.

# Dwie kolumny tekst i zdjęcie

**Aliquam dictum felis vel lacus rhoncus faucibus. Maecenas congue consequat mollis. Sed enim eros, tincidunt sit**

---

Przykładowy tekst. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Mauris elementum tellus ut dui tristique, eget semper tellus vehicula. Aliquam dictum felis vel lacus rhoncus faucibus. Maecenas congue consequat mollis. Sed enim eros, tincidunt sit amet vehicula nec, ultrices at eros. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. In maximus sem mi, non mattis urna ultricies ut. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. In maximus sem mi.



# Z małą ilością tekstu i zdjęciami

**Aliquam dictum felis vel lacus rhoncus faucibus. Maecenas congue consequat mollis. Sed enim eros, tincidunt sit**





# Dwie kolumny bez zdjęć

## Jak działamy?

---

- Lipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Mauris elementum tellus ut dui tristique, eget semper tellus vehicula. Aliquam dictum felis vel lacus rhoncus faucibus.
- Aliquam dictum felis vel lacus rhoncus faucibus. Consectetur adipiscing elit. Mauris elementum tellus ut dui tristique, eget semper tellus vehicula. Dictum felis vel lacus rhoncus faucibus.

## Poznaj nas bliżej!

---

Przykładowy tekst. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Mauris elementum tellus ut dui tristique, eget semper tellus vehicula. Aliquam dictum felis vel lacus rhoncus faucibus. Maecenas congue consequat mollis. Sed enim eros, tincidunt sit amet vehicula nec, ultrices at eros.

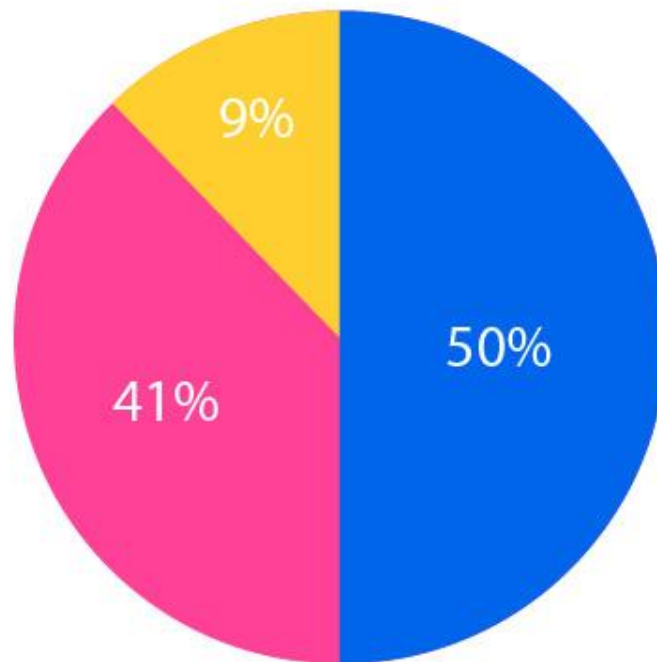
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. In maximus sem mi, non mattis urna ultricies ut. Lorem ipsum dolor sit amet.

# wykres

Najczęściej wybierane kierunki

---

-  Warsztaty
-  Tematy
-  Mistrz i uczeń

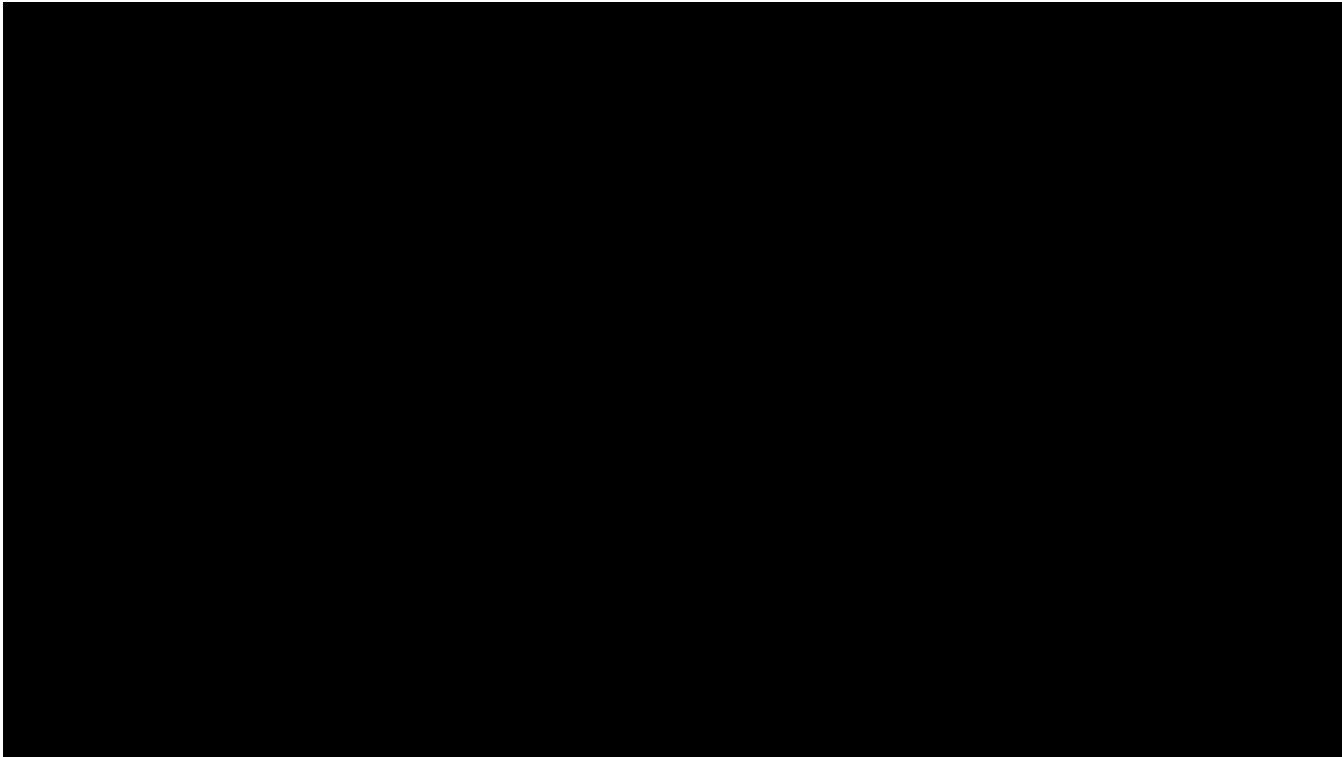


**Przejdźcie do innej  
części**



# Tabel

	Lorem ipsum	Lorem ipsum	Lorem ipsum
<b>Norwegia</b>	89%	89%	89%
<b>Szwecja</b>	75%	75%	75%
<b>Irlandia</b>	70%	70%	70%
<b>Polska</b>	64,5%	64,5%	64,5%
<b>Niemcy</b>	58%	58%	58%
<b>Holandia</b>	40%	40%	40%
<b>Słowacja</b>	38,2%	38,2%	38,2%



## FILM

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Mauris elementum tellus ut dui tristique, eget semper tellus vehicula. Aliquam dictum felis vel lacus rhoncus faucibus. Maecenas congue consequat mollis. Sed enim eros, tincidunt sit amet vehicula nec, ultrices at eros.