

## Co je kurz Up2Me?

Kurz Up2Me je formou doprovázení mladých lidí v období jejich dospívání. Chce mladým pomoci objevit hodnotu citovosti, sexuality a vztahů. Pomáhá objevit sebe sama a usiluje o to, aby mladí lidé byli schopni budovat kvalitní a trvalé partnerské vztahy. Kurz stojí na křesťanské vizi života, ale je otevřený všem bez rozdílu víry, protože každá lidská osoba je začleněna do vztahů a dozrává právě ve vztazích. V kurzu Up2Me je důležitá naprostá otevřenost, mladí se mohou ptát na to, co je skutečně zajímavé v oblasti lásky, vztahů a sexuality. Kurz je vedený induktivní metodou, to znamená, že mladí si vytvářejí vlastní postoje a rozhodují se na základě poznatků, které vyplynuly při aktivitách a společném sdílení. Učí se také komunikovat a přijímat odlišné názory.

Nejedná se o přednášky, ale o zajímavé aktivity a hry, které jsou vždy společně reflektovány tak, aby došlo k pochopení a vyhodnocení prožitku.

Kurz je veden lektory, kteří mají odborné vzdělání a citlivý přístup.