



**Středisko výchovné péče  
pro děti a mládež**

### **Kde nás najdete?**

V budově Základní a Střední školy Kupeckého, na opačné straně budovy oproti hlavnímu vchodu.

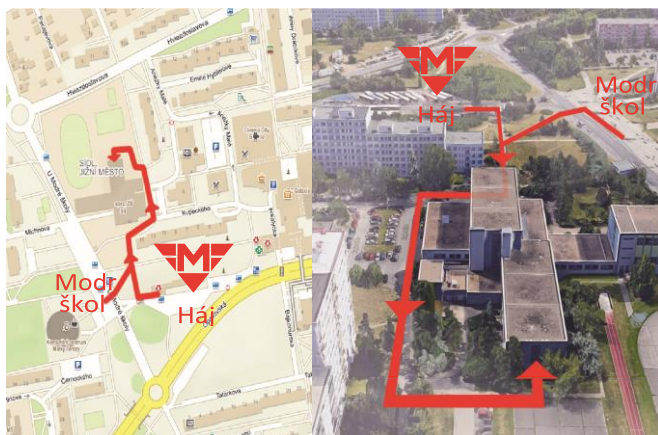
Nacházíme se 5 minut pěšky od metra stanice Háje nebo zastávky autobusu Modrá škola.

### **Kontakt:**

Bc. Olga Čutová, DiS. – 778 527 312

Mgr. Denisa Krčmářová – 725 700 018

### **Mapa:**



**Středisko výchovné péče  
pro děti a mládež**

## **Podpůrné rodičovské skupiny**

### **Klidný rodič – klidné dítě.**



### **Kontakt:**

Mgr. Denisa Krčmářová (psycholog),  
Bc. Olga Čutová, DiS. (sociální pracovníce)

### **E-mail:**

[olga.cutova@zdcpraha.cz](mailto:olga.cutova@zdcpraha.cz)

[denisa.krcmarova@zdcpraha.cz](mailto:denisa.krcmarova@zdcpraha.cz)



## Středisko výchovné péče pro děti a mládež

### Podpůrná rodičovská skupina:

- Skupina je určena rodičům, prarodičům či pěstounům.
- Setkání jsou DŮVĚRNÁ A BEZPLATNÁ.
- Skupina je vedena psychologkou a sociální pracovnící.
- Během školního roku je naplánovaných 10 setkání, z nichž každé ponese své psychosociální téma.

### Informace pro zájemce o skupinu:

- Skupina je zaměřena jednak na rodinný systém a jednak na rodiče samotné. Snahou bude zejména podpořit rodiče ve své roli, naučit se zacházet se svými emocemi a komunikovat se svými dětmi. Součástí jsou i sociální témata týkající se běžného života.
- V případě zájmu je možné i sociální poradenství.
- Setkání probíhá 1x za měsíc, vždy od **16. hod.** v časové dotaci 90 minut.
- Účast není nutná na každém setkání, jednoduše si vyberete jen téma, které vás zajímá.
- Svou účast je potřeba předem potvrdit na e-mailové adrese (adresy na 1. straně).
- Jednoho setkání se může účastnit max. 6-8 osob a min. 2-3 osoby.



## Středisko výchovné péče pro děti a mládež

### Vybraná témata:

- [19.10.2021](#): Podpora v roli rodiče a vyhledávání vlastních zdrojů – „Já to zvládnu!“
- [23.11.2021](#): Zvládání vlastních emocí – vztek + státní sociální podpora.
- [14.12.2021](#): Pozitivní emoce a jejich vyjadřování vůči dítěti i partnerovi.
- [25.01.2022](#): Zvládání vlastních emocí – pocit viny + nápomocné organizace.
- [22.02.2022](#): Zvládání vlastních emocí – strach - „Nebojím se říct o pomoc!“
- [23.03.2022](#): Komunikace mezi rodiči v náročných životních situacích – „Jak nepřenášet negativní emoce na děti?“
- [20.04.2022](#): Rodičovská odpovědnost + rodičovské kompetence.
- [18.05.2022](#): Komunikace mezi rodičem a dítětem – vzájemné naslouchání.
- [22.06.2022](#): Vlastní hranice – jak je udržet. Vlastní potřeby, prostor a rozhodování – „Můžu to změnit!“
- [13.07.2022](#): Sebeláska – relaxační techniky, zklidnění.