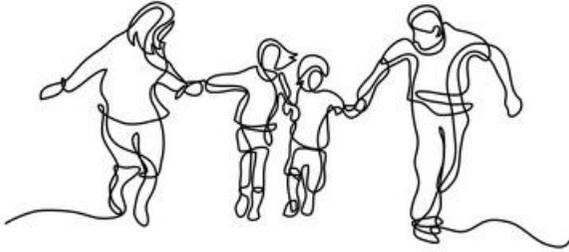


„Aby doma bylo opravdu doma.“

RODINNÉ CENTRUM U MLOKA



Chtěli byste doma zažívat pohodu?
Rádi byste více rozuměli svým dětem?
Přejete si, aby Vaše dítě zažilo ve škole úspěch?
Potřebujete zvládnout v klidu rozpad rodiny?
Chtěli byste z „doma“ vytvořit „DOMOV“?

Jsme sociálně aktivizační služba pro rodiny s dětmi.
Naše služby poskytujeme bezplatně.

Pomůžeme Vám a Vaším dětem:

- Zlepšit komunikaci a vztahy v rodině,
- porozumět si navzájem,
- nastavit fungující pravidla a hranice,
- zlepšit situaci dítěte ve škole,
- lépe fungovat mezi ostatními dětmi,
- zvládnout situace spojené s rozpadem rodiny.

Co nabízíme:

- **Poradenství a edukaci** – individuální, párové a rodinné konzultace.
- **Pedagogické poradenství** – podpora při vzdělávání.
- **Skupinová setkání** – skupinové aktivity pro děti a rodičovské skupiny.
- **Mediace** – podpora dětem a rodičům v situacích spojených s rozpadem rodiny.

PORADENSTVÍ A EDUKACE

Rádi byste pochopili chování Vašeho dítěte?
Nerozumíte si a chcete mít hezké vztahy?
Potřebujete řešit obtížnou situaci v rodině, ve škole?

Pomůžeme Vám a Vaším dětem:

- Řešit obtížné životní situace rodiny,
- lépe zvládat těžkosti spojené s výchovou,
- pochopit potřeby dítěte a hledat řešení situace,
- naučit se porozumět vzájemným vztahům,
- zvládat problémové chování dítěte (např. ADHD, agrese, jiné poruchy chování, závislosti na hrách, sociálních sítích),
- při jednání se školami a na úřadech.

Jak pracujeme:

- Formou konzultací minimálně 1x za 14 dnů,
- individuálně, v páru, s celou rodinou,
- klademe důraz na aktivitu při spolupráci,
- respektujeme jedinečnost každé osoby a každé rodiny.

MEDIACE

Rozvádíte se nebo rozcházíte?
Nemůžete se dohodnout?
Vaše děti potřebují podporu, aby náročnou situaci lépe zvládly?

Pomůžeme Vám a Vaším dětem:

- Porozumět Vaší situaci spojené s rozpadem rodiny,
- vést spolu konstruktivní rozhovor,
- vyjasnit si a více porozumět vnímání druhého,
- udělat rozhodnutí, která Vám ve Vaší situaci dávají smysl,
- podpořit dítě, aby vyjádřilo svá přání a potřeby.

Jak pracujeme:

- Formou konstruktivních rozhovorů pod vedením nestranných odborníků,
- individuálně s každým rodičem,
- individuálně s dětmi,
- v páru nebo za účasti dalších zapojených osob formou mediačního setkání,
- s respektem k Vaší situaci s cílem zajistit neutrální prostředí pro řešení Vaší situace.

PEDAGOGICKÉ PORADENSTVÍ

Rádi byste dobře zvládli nástup dítěte do školy?
Potřebujete zlepšit soustředění a efektivitu práce?
Přáli byste si, aby Vaše dítě zvládalo školu lépe?

Pomůžeme Vám a Vaším dětem:

- Řešit posílení pozornosti při učení,
- vytvořit učební systém,
- zlepšit komunikaci rodičů a dětí v rámci domácí přípravy do školy.

Jak pracujeme:

- Formou konzultací 1x týdně (celkem 12x),
- součástí je každodenní plnění pracovních listů,
- využíváme moderní přístupy a metody (např. HYPO, ROPRATEM).

Program HYPO (HYperaktivita a POzornost)

- Posiluje koncentraci pozornosti, rozvíjí dovednosti potřebné ke zvládnutí 1. třídy ZŠ,
- pomáhá dětem s poruchami pozornosti, nadměrnou pohybovou aktivitou,
- je určen dětem předškolního věku, dětem s odkladem školní docházky a žákům 1. tříd.

Program ROPRATEM (ROzvoj PRAcovního TEMpa)

- Pomáhá dětem s pomalým pracovním tempem, které může negativně ovlivňovat školní výkony,
- je určen dětem na 1. stupni ZŠ (od 9 let), lze jej uplatnit i u žáků SŠ.

SKUPINOVÁ SETKÁNÍ

Přejete si, aby si Vaše dítě více věřilo?
Rádi byste, aby Vaše dítě lépe zvládalo emoce?
Chcete se rozvíjet v rodičovství?
Rádi byste sdíleli své těžkosti s jinými rodiči?

Pomůžeme Vám a Vaším dětem:

- Získat nadhled nad situací a naučit se něco nového,
- porozumět chování, emocím a myšlenkám,
- zažít sílu sdílení ve skupině.

Jak pracujeme:

- Formou pravidelných setkání,
- s důrazem na osobní prožitek,
- řízenými debatami rodičů s odborníky.

Socioterapeutické kluby pro děti

- Rozvíjí sociální dovednosti, komunikaci a sebepoznání (např. formou hry, relaxací atd.),
- umožňují dětem naučit se fungovat v kolektivu,
- aktivně zapojují rodiče formou pravidelných konzultací.

Rodičovské skupiny

- Pomáhají rodičům získat nadhled, určit hranice a pravidla ve výchově a porozumět své situaci,
- nabízí cesty, jak spolu v rodině lépe vycházet,
- skrze vzájemné sdílení s rodiči mohou inspirovat k tomu, aby doma bylo opravdu doma.

KONTAKTY A BLIŽŠÍ INFORMACE

Rodinné centrum U Mloka

P-centrum, spolek
Lafayetteova 47/9
Olomouc



Rodinné centrum:

+420 739 201 206
rcumloka@p-centrum.cz

Mediační centrum:

+420 725 943 586
mcol.pcentrum@gmail.com

www.p-centrum.cz/rodinne-centrum-u-mloka/

PROVOZNÍ DOBA

Pondělí – Čtvrtek	8:00 – 15:30
Pátek	8:00 – 12:00

„Aby doma bylo opravdu doma.“

Podpořte naši činnost a staňte se našimi dárci.
Zaslat dar nám můžete na účet veřejné sbírky s číslem
2208888220/0300. Vaše podpora nám umožní
udržet vysokou kvalitu našich služeb
a dále pomáhat lidem v těžké životní situaci.



Podporují nás

