



KOALICE
NEVLÁDEK
PARDUBICKA



Rodinné centrum Vám nabízí

SETKÁVÁNÍ / SKUPINU

PRO RODIČE SAMOŽIVITELE

SUDÉ ČTVRTKY od 17:45 do 19:15

500,- / 10 setkání - pouze pro předem přihlášené
(maximální počet - 8 osob ve skupině)

**PODPORA PRO RODIČE, KTEŘÍ SE STARAJÍ O DÍTĚ SAMI
NEBO SE ROZEŠLI SE SVÝM PARTNEREM**

CO MŮŽETE VE SKUPINĚ ZÍSKAT ?

- BEZPEČNÝ PROSTOR PRO SDÍLENÍ VAŠICH ŽIVOTNÍCH SITUACÍ
- INFORMACE A ZKUŠENOSTI OSTATNÍCH, KTEŘÍ SE OCITLI V OBDOBNÉ SITUACI - TAKÉ VY MŮŽETE SVÝMI ZKUŠENOSTMI POMOCI DALŠÍM ČLENŮM SKUPINY
- ZVÝŠENÍ KOMUNIKAČNÍCH DOVEDNOSTÍ PRO DOSAŽENÍ DOHODY A VYJÁDŘENÍ SVÝCH POTŘEB
- SDÍLENÍ, JAK POMOCI SVÝM DĚTEM ZVLÁDNOUT ROZCHOD A ODLOUČENÍ RODIČŮ
- MÍT MOŽNOST VYJÁDŘIT SVÉ EMOCE A MOŽNOSTI, JAK SE S NIMI VYROVNAT U SEBE I SVÝCH DĚTÍ
- NAJÍT MOŽNOSTI, JAK ZVLÁDAT STRES A PEČOVAT O SEBE
- NAUČIT SE ODDĚLIT RODIČOVSKOU A PARTNERSKOU ROLI



začínáme ve čtvrtek 9. února 2023

**Cesta
pro rodinu**



Těší se na Vás Mgr. Kateřina Adamcová, psycholog

Cesta pro rodinu, z. ú., Nádražní 22, 564 01 Žamberk

Přihlášení zde: <https://cestaprorodinu.webooker.eu/>



ŽAMBERK



LANŠKROUN



ČESKÁ TŘEBOVÁ