

Zveme vás na podvečerní besedu

Duševní zdraví malého školáka

Řešíte výběr základní školy, trápí vás vztahy ve třídě, bojujete s domácími úkoly nebo vás jen zajímá, co váš malý školák prožívá a jak ho můžete podpořit? Už nemusíte tápat – tady se dozvíte, co potřebujete.



Kdy a kde se potkáme?

Termín: 19. 2. 2026

Čas: 16:30–18:30

Místo: Balbínova 6, Praha 2 (blízko náměstí Míru)



O čem budeme mluvit?

- Školní zralost a první třída – jak zvládnout změnu a nároky školy
- Sebevědomí a výkon – jak podpořit dítě, aby se nehodnotilo a nesrovnávalo jen podle známek
- Sociální vztahy ve třídě – jak pomoci dítěti navazovat přátelství a posilovat začlenění do kolektivu, jak řešit konflikty a šikanu
- Rozvoj odpovědnosti – jak přistoupit k domácí přípravě a přibývajícím povinnostem, jak najít rovnováhu mezi učním a odpočinkem
- Úzkosti a obavy – jak zvládnout strach ze školy, zkoušení nebo neúspěchu

Vědět, abychom mohli pomáhat

instit^{ut}
ZAHRADY
PRO DUŠI

ZAH*
RADA
PRO
DUŠI

PRA	HA
PRA	GUE
PRA	GA
PRA	G

O lektorce

Mgr. et Mgr. Táňa Zimmermannová

Táňa vystudovala speciální pedagogiku a celý profesní život působí ve školství. Pracovala s nejmenšími dětmi, s dětmi se speciálními potřebami i s mladými středoškoly na prahu dospělosti. Zásadní obrat v jejím profesním směřování přineslo alternativní vzdělávání inspirované Montessori pedagogikou a hlubší zájem o komunikaci, vztahy a sebepoznání. Absolvovala pětiletý psychoterapeutický výcvik Biosyntézy a s dětmi pracuje metodou Kid's Skills obohacenou o práci s tělem, při které se zaměřuje na rozvoj kognitivních funkcí a učebního potenciálu.



Připravujeme besedy i k dalším vývojovým obdobím – od školky až po maturitu

Těšíme se na vás
Institut **Zahrady pro duši**



Tady naleznete aktuální informace, ať vám nic neunikne:

INSTITUT ZAHRADY PRO DUŠI

Institut Zahrady pro duši je platforma, která identifikuje příležitosti, jak zlepšovat pomoc a péči o duševní zdraví v Praze a pomáhá k její větší efektivitě. Vzděláváme odborníky pracující v sociální, zdravotní, školské oblasti a širokou veřejnost – rodiče, děti a mládež.

www.zahradaprodu.si.cz

vzdelavani@zahradaprodu.si.cz

Vědět, abychom mohli pomáhat

institut
ZAHRADY
PRO DUŠI

ZAH*
RADA
PRO
DUŠI

PRA	HA
PRA	GUE
PRA	GA
PRA	G