

# VAROVNÉ SIGNÁLY

## přetížení a vyhoření dětí a jejich wellbeing

### Na setkání se zaměříme na

- způsoby prevence syndromu vyhoření a podpory duševního zdraví dětí,
- jakých varovných signálů si všímat,
- jaké konkrétní zásady a techniky wellbeingu a zvládání stresu dodržovat (vzhledem k věku dětí),
- jak dítě podpořit a případně kde hledat pomoc.

### Lektorka: PhDr. Eva Šírová, Ph.D.

Pedagogická psycholožka, videotrenérka a supervizorka VTI. Dlouhodobě stážovala na Dětské psychiatrii FN Motol v Praze, pracovala jako pedagogická a školní psycholožka v PPP Praha Modřany a na ZŠ Písnická v Praze, nyní působí jako odborná asistentka na katedře psychologie FF UK. Doktorské studium absolvovala částečně na RUG v Nizozemsku.



## KAVÁRNA PRO RODIČE

### První setkání s rodiči:

**Téma:** Varovné signály přetížení a vyhoření dětí a jejich wellbeing

**Lektorka:** PhDr. Eva Šírová, Ph.D.

**Místo:** Malostranská beseda, Trick Bar, Malostranské nám. 35, 118 00 Malá Strana.

**Čas:** čtvrtek 14. 9. 2023, od 17 do 19 hodin.

Kapacita účastníků je omezena. Rezervaci, prosím, provedte na čísle **221 097 216**.