



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



#rodinyvkrajich

POZVÁNKA

V rámci projektu „Koordinace opatření na podporu sladění pracovního a rodinného života na úrovni krajů“ (reg. č. CZ.03.1.51/0.0/0.0/15_009/0006233)
si vás dovolujeme pozvat na

Workshop v projektu MPSV Krajská rodinná politika – Plzeňský kraj

Termín: **Pondělí 22. října 2018, 10:00 - 16:00 hodin**
(od 09:00 registrace účastnic a účastníků, coffee break)

Místo: **SOU stavební Plzeň, ul. Borská 55, 301 00 Plzeň 3 – Jižní Předměstí**
[\(mapa\)](#), GPS: 49.7341767N, 13.3574611E

Téma: **ÚSKALÍ PŘI SLAĎOVÁNÍ PRÁCE A RODINY**

Program: **(1) Návrat do práce po rodičovské dovolené - krize ze změny**
Přednášející: Mgr. Hana Šnajdrová – manažerka v projektech ESF, koordinátorka, lektorka.

(2) Podpora rodiny při péči – finanční aspekty a možnosti podpory
Přednášející: Martina Paboučková – MC Klubíčko - dětská skupina Batole Cheb, lektorka a poradkyně v projektech ESF.

13:00 – 14:00 coffee break

(3) Jak "přežít" stárnutí rodičů
Přednášející: Mgr. Jakub Onder – psycholog, vedoucí Poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy Cheb a Sokolov.

Účast na workshopu je **bezplatná**. Drobné **občerstvení zajištěno**.

Prostor a personál pro **hlídání dětí** účastníků v rámci WS lze zajistit (požadavek na hlídání s uvedením počtu/věku dětí prosíme oznámit při přihlášce, nejpozději pak 14 dnů před akcí). Počet účastnic/účastníků akce je omezen.

Prosíme o **potvrzení Vaší účasti na workshopu** u krajského poradce projektu - Mgr. Tomáš Vrána, e-mail: tomas.vrana@mpsv.cz, mobil: **770 116 575**.

Program je orientační a může být upraven.



Anotace jednotlivých bloků programu:

Blok 1 – Návrat do práce po rodičovské dovolené - krize ze změny

Cílem setkání s rodiči, chystajícími se na návrat do zaměstnání, je pojmenovat motivační stimuly i skrytá rizika tohoto významného životního kroku. Období rodičovské péče o děti je výslednicí změny v sociálním statutu manželského páru, kdy se z nich stávají rodiče. Tito rodiče aplikují vlastní výchovné styly, které odvozují od zažitých ve svých rodinách, či naopak kritikou zažitého hledají alternativní přístupy. Vybírájí kočárek, oblečení, domlouvají se na výchově, polemizují s prarodiči, ale nyní přichází těžká chvíle pro ně, ale i pro jejich potomka, který se ocitne poprvé na kolbišti života.

Zde bude bojovat své první bitvy, stejně jako jeho rodič, který se vrací zpět do zaměstnání. Jak své bitvy vyhrají, tj. rozvrhnou čas mezi rodinu (péči o děti a rodinný krb), péči o partnera, péči o sama sebe a práci, bude dalším milníkem na jejich cestě životem.

Novodobé bitvy o zachování půvabu, mateřské lásky a pevné náruče, dokonalé matky, excelentní partnerky a uznávané zaměstnankyně, či podnikatelky, vyžadují vlastní přípravu a bojový plán.

Pojďme se připravit společně s tím, že inspirací nám budou slova neznámého vojevůdce: "Chyby, které se učiní během nástupu vojsk, se v průběhu bitvy nedají odstranit."

Pokud budeme hovořit o tom, že generace babiček (prababiček) se nerozváděly, nehádaly, tyto báječné ženy uměly sladit požadavky všech... - Nenechte se mylit, měly dosti dobrou průpravu a vzdělání v tom, co je domácí štěstí.

Blok 2 – Podpora rodiny při péči – finanční aspekty a možnosti podpory

Každý z nás se může kdykoliv během života ocitnout v situaci, kdy dojde ke změně či snížení jeho pravidelného příjmu. Jak tuto situaci řešit např. v době nemoci, péče o dítě či jiného člena rodiny nebo při ztrátě zaměstnání, ale hlavně, jak těmto situacím předcházet – například správným nastavením rozpočtu se dozvíte při naší přednášce...

Blok 3 – Jak "přežít" stárnutí rodičů

Stárnutí rodičů je komplikovanou životní etapou jak pro ně samotné, tak pro jejich rodinu a blízké. Palčivost všech překážek, které jsou s tím spojené, nabývá širších rozměrů obzvlášť v dnešní době. Na prahu nového tisíciletí čelíme nejen rostoucímu stárnutí populace, ale i zpřetrhání přirozených rodinných a komunitních vazeb. Žijeme také v době vykořenění tradiční role seniorů v kulturním prostoru. Nejen proto jsou senioři několikanásobně více ohroženi klinickou depresí, plynoucí především z osamělosti a ze ztráty pocitu životního naplnění. V přednášce nazvané „jak přežít stárnutí rodičů“ se těmto záležitostem budeme věnovat. Na prvním místě se zmíníme o nejčastějších problémech seniorů, které musí oni i jejich okolí řešit. Dozvím se, jak rozpoznat varovné příznaky počínající demence a jak na to reagovat. Další část přednášky se budeme věnovat problematice častého „překlápení rolí“ mezi seniorem a jeho dítětem, event. jinou pečující osobou. Následovat bude debata o vhodné komunikaci se seniorem, ale např. i o nárocích, které pečující osoby kladou na sebe samotné, zásady psychohygieny i případného udržování hranic, které s tím nutně souvisí.



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



#rodinyvkrajích



Seznam pozvaných – Plzeňský kraj:

Bude upřesněn