

Centrum primární prevence Spektrum

Nabídka programů



UMÍM (SE)
ROZHODNOUT

JAK (SI)
NEUBLÍŽIT

JAK BÝT
V POHODĚ

KDO JSEM
A CO SMÍM

POUTA
(NE)ZÁVISLOSTI

MOJE
BEZPEČÍ

ROZHODNI
SE SÁM

CO MI
(NE)PROSPÍVÁ

(NE)BEZPEČNĚ
NA NETU

(NE)HRAJEME
SI SPOLU

CESTA
K TOLERANCI

LÁSKA
(NE)BEZPEČNĚ

Programy selektivní prevence

Ublíživání

Narušené vztahy

Negativní sociální klima

PUZZLE

(NE)HLEDÁM
SVOU CESTU

Přijímání odpovědnosti

Experimentování

Závislosti

Jsme certifikované zařízení poskytující komplexní a dlouhodobé programy primární prevence rizikového chování v třídních kolektivech ZŠ a SŠ v okresech Žďár nad Sázavou a Havlíčkův Brod.

Program **všeobecné primární prevence** je určen třídním kolektivům, kde chceme zamezit nebo oddálit rizikové chování v průběhu školní docházky. Program se zaměřuje na podporu protektivních faktorů zdraví v bio-psycho-sociální rovině, zdravého životního stylu a omezování rizikových faktorů. Program VPP má dva bloky po 3 hodinách. Jedná se o dvě setkání v rámci jednoho programu.

Jiná forma není možná.

Program **selektivní primární prevence** je určen třídním kolektivům, které jsou ve vyšší míře ohroženy rizikovým chováním, případně se rizikové chování v kolektivu již objevuje. V programu nejčastěji řešíme témata týkající se vztahových potíží mezi spolužáky, kázeňské potíže, neschopnost spolupracovat, problematické vztahy mezi žáky a učiteli, užívání návykových látek a další rizikové chování. Program SPP má tři bloky po 3 hodinách. Jedná se o tři setkání v rámci jednoho programu. K tomu je vždy 1 hodina práce s třídním učitelem a vedením školy. Jiná forma není možná.

Poslání Centra primární prevence Spektrum

Podporujeme připravenost dětí a mládeže na Žďársku a Havlíčkovodsku v zodpovědném chování, a tím jim pomáháme hledat východiska ze složitých životních situací.

„V programech naši lektoři a lektorky: poskytují pravdivé informace uzpůsobené věku žáků, vyvracejí mýty o konkrétních formách rizikového chování; vedou účastníky k respektování odlišností a názorů ostatních; nabízejí prostor pro sebepoznání a rozvoj zdravých vztahů v kolektivu.

Snažíme se propojovat místní odborníky s místními pedagogy. Stojíme o to, aby se lidé z oboru znali, mohli být v kontaktu a v případě potřeby se na sebe mohli obracet. A to se nám daří.“

vedoucí Centra primární prevence Spektrum Mgr. Petra Nováčková

„Prevence je směr, který nikdy nespí, rozvíjí se a ovlivňuje životy mnoha mladých lidí, nabízí pomocnou ruku a ukazuje novou cestu.“

zástupkyně Centra primární prevence Spektrum Bc. Alena Velechovská

Nabídka programů školské všeobecné primární prevence pro I. a II. stupeň ZŠ, pro 1. ročník SŠ:

MOJE BEZPEČÍ:

Cílem programu je podpora kamarádských vztahů; prevence ubližování; bezpečný kontakt s cizím člověkem; prevence dětských úrazů.

Doporučená cílová skupina: 1. - 2. třída ZŠ

KDO JSEM A CO SMÍM:

Cílem programu je představení základních dětských práv a souvisejících povinností; podpora respektujících vztahů ve třídě; posilování sebevědomí a bezpečí jednotlivce.

Doporučená cílová skupina: 3. - 4. třída ZŠ

CO MI (NE)PROSPÍVÁ:

Cílem programu je podpora zdravého životního stylu; prevence užívání tabákových výrobků a alkoholu; podpora zdravého vnímání sebe sama a svého těla.

Doporučená cílová skupina: 4. - 5. třída ZŠ

UMÍM (SE) ROZHODNOUT:

Cílem programu je posilování dobrých vztahů v třídním kolektivu; prevence ubližování; posilování sociálních hodnot a prosociálního chování; motivace k naslouchání druhému.

Doporučená cílová skupina: 5. třída ZŠ

ROZHODNI SE SÁM:

Cílem programu je podpora a dobré fungování nově vzniklého kolektivu; posílení efektivní komunikace mezi žáky navzájem v třídním kolektivu; posilování pozitivního sebepojetí jednotlivců a klimatu třídy.

Doporučená cílová skupina: 6. třída ZŠ

(NE)BEZPEČNĚ NA NETU:

Cílem programu je prevence kyberšikany; bezpečné chování na internetu a sociálních sítích; prevence dalších rizik spojených s používáním internetu.

Doporučená cílová skupina: 5. – 9. třída ZŠ, SŠ

CESTA K TOLERANCI:

Cílem programu je vedení žáků k životu bez předsudků, uvědomění si významu prvního dojmu a možného rizika zkresení; posílení schopnosti žáků vhodnou formou reagovat na konfliktní situace; naučit se zacházet s odlišností.

Doporučená cílová skupina: 6. – 9. třída ZŠ, SŠ

JAK (SI) NEUBLÍŽIT:

Cílem programu je respekt a tolerance k sobě i k ostatním; naladění se na třídní kolektiv; nácvik asertivních dovedností; tvorba pravidel tolerance a empatie ve vztahu k druhým.

Doporučená cílová skupina: 5. – 9. třída ZŠ, SŠ

POUTA (NE)ZÁVISLOSTI:

Cílem programu je prevence užívání návykových látek; prevence závislostního chování; posilování zodpovědného postoje a rozvíjení sociálních dovedností – navazování zdravých vztahů; schopnost čelit sociálnímu tlaku; dovednost rozhodovat se; schopnost vyhledat odbornou pomoc.

Doporučená cílová skupina: 7. – 9. třída ZŠ, SŠ

JAK BÝT V POHODĚ:

Cílem programu je posílení zdravotní gramotnosti; podpora žáků k uvědomění si vlastní psychické pohody; otevření tématu sociální podpory a zásad psychohygieny.

Doporučená cílová skupina: 4. – 9. třída ZŠ, SŠ

LÁSKA (NE)BEZPEČNĚ:

Cílem programu je uvědomění si tělesných a duševních změn doprovázejících období dospívání; prevence přenosu pohlavních chorob; uvědomění si vlastní hodnoty ve vztahu; posílení postoje umět se vymezit vůči druhým a určit si své hranice.

Doporučená cílová skupina: 8. - 9. třída ZŠ, SŠ

(NE)HRAJEME SI SPOLU:

Cílem program je prevence vzniku a rozvoje nelátkových závislostí, netolismu, gamblingu; seznámení žáků s tématy, zamyšlení se nad hranicí, kde začíná problém, dopady; inventura času – uvědomění si, kolik času strávím na internetu, hraním, co mi to dává a bere; představení zásad psychohygieny a zvládání stresu.

Doporučená cílová skupina: 8. - 9. třída ZŠ, SŠ

EFEKTIVNÍ PRIMÁRNÍ PREVENCE

- *je dlouhodobá, systematická, cílená, komplexní*
- *začíná v útlém věku*
- *probíhá interaktivně a hravou formou v třídních kolektivech*
- *informace si žáci osvojují díky sebezkušenosti*
- *motivuje žáky k hledání řešení vhodnou formou*
- *vytváří otevřenou diskuzi o rizikovém chování*
- *posiluje zodpovědnost jedince za své chování*
- *podporuje normu zdravého životního stylu*



Nabídka programů školské selektivní primární prevence pro I. a II. stupeň ZŠ, pro 1. ročník SŠ:

PUZZLE:

Cílem programu je předcházení vzniku a rozvoje rizikového chování u cílové skupiny, napomáhá včasnému rozpoznání rozvíjejícího se rizikového chování ve třídě; reaguje na konkrétní situaci tak, aby došlo k rozkrytí problému a nastartování ozdravných procesů; rozvíjí sociální schopnosti žáků – schopnost, navazovat přátelské vztahy s vrstevníky, komunikovat a spolupracovat s ostatními, schopnost být citlivý k pocitům či potřebám druhých, umět se zdravě prosadit; nevhodná komunikace mezi žáky i k autoritám.

Doporučená cílová skupina: žáci 4. - 9. třídy ZŠ

(NE)HLEDÁM SVOU CESTU:

Cílem programu je mapování zkušeností, znalostí a postojů žáků k problematice závislostí; podpořit uvědomění si rizikovitosti daných situací běžného života a nastartování změny pro zaujetí zdravého postoje.

Doporučená cílová skupina: 9. třída ZŠ, SŠ

Cena programů školské primární prevence:

3.900,- /program všeobecné primární prevence

(tj. 2 bloky á 3 hodiny = 6 hodin)

7.200,- /program selektivní primární prevence

(tj. 3 bloky á 3 hodiny = 9 hodin + práce s pedagogickým sborem, rodiči, třídním učitelem)

V ceně je zahrnuta přímá práce dvou lektorů – realizace programu; příprava na program; vypracování zprávy z programu; pomůcky.

K ceně programů VPP i SPP je připočítáváno cestovné, které činí 10,-/km.



Vaše poznámky ...



Kontakty:

Kolpingovo dílo ČR z. s.

Centrum primární prevence Spektrum

Žižkova 300/16 591 01 Žďár nad Sázavou

mob: 774 419 047 e-mail: spektrum.prevence@kolping.cz

web: www.prevence.kolping.cz

FB: [@cppspektrum](https://www.facebook.com/cppspektrum) Instagram: [@CPP_spektrum](https://www.instagram.com/_CPP_spektrum)

