

PorCeTa, o.p.s.

Centrum odborného poradenství pro dospělé a děti. Podpora pro rodiny a náhradní rodiny.
Smetanova 1284, 390 02 Tábor
IČ: 281 50 198

PorCeTa

nabízí

Podpůrně aktivizační skupinu

pod vedením psycholožky Mgr. Zuzany Urbanové



Seberozvojová skupina je určena pro děti ze 4. – 6. tříd, které jsou někdy:

- *úzkostné*
- *bázlivé*
- *stydlivé*
- *potřebují posílit sebedůvěru*
- *mají obtíže se začleněním do kolektivu*

Během 10 setkání se zaměříme na:

- sebezprezentaci
- poznávání svých silných i slabých stránek
- rozeznávání konfliktních situací
- posilování pozornosti a paměti
- rozvoj komunikace s vrstevníky



Scházet se budeme ve čtvrtek od 15.30 do 16.30 hodin v budově Masarykův domov, ve Smetanově ulici 1284 (za OD Dvořák).



Přihlašování a případné dotazy emailem na urbanova@porceta.cz nebo tel.: 724136704.

PorCeTa, o.p.s.

Centrum odborného poradenství pro dospělé a děti. Podpora pro rodiny a náhradní rodiny.
Smetanova 1284, 390 02 Tábor
IČ: 281 50 198

PorCeTa

nabízí

Podpůrnou skupinu pro dívky ve věku 11 – 14 let

pod vedením psycholožky Mgr. Zuzany Urbanové



**Smyslem skupiny je nabídnout prostor
pro sdílení a osobní růst.**

Skupina je určena dívkám, které jsou někdy:

- *nejisté*
- *osamělé*
- *bázlivé*
- *nerozhodné*
- *smutné*



Během 10 setkání se zaměříme na:

- poznávání svých silných i slabých stránek
- využití společného bezpečného prostoru
- rozvoj přirozené dívčí kreativity
- pojmenovávání prožívaného

Scházet se budeme ve středu **od 14.30 do 15.30 hodin** v budově Masarykův domov, ve Smetanově ulici 1284 (za OD Dvořák).



Přihlašování a případné dotazy emailem na urbanova@porceta.cz nebo tel.: 724 136 704.