

# Milí rodiče.



Všichni aktuálně procházíme mimořádným obdobím, které sebou přináší nové situace nebo zvýrazňuje ty, které už znáte. Ne vždy však mohou být pro vás a vaše děti snadno zvladatelné.

Můžete zažívat problémy související s těmito tématy:

**vypořádávání se se stresem při zvládnání náporu domácího vzdělávání**

**projevy strachu a úzkosti u dětí**



**nastavení denního režimu**

**sladění požadavků na domácí přípravu dětí s vlastní prací a dalšími potřebami rodinného života a všech členů domácnosti**

**příprava předškoláčka v době, kdy nemůže navštěvovat MŠ**

**chybějící sociální kontakty**

**výchovné problémy**

**zvládnání obav, strachu, úzkostí či smutku u vašich dětí apod.**

**řešení nečekaných výchovných situací, které vznikly v souvislosti s učením doma**

**konzultace ohledně trávení času na PC a mobilu, co je vhodné a co naopak nikoliv, kolik času těmito zařízení děti mohou věnovat atp.**

Nabízíme vám proto možnost obrátit se o pomoc s uvedenými tématy na pracovníky PPP a SPC OK. Pro tento účel můžete využít níže uvedený telefonický kontakt.