



Financováno
Evropskou unií



AGE[®]
CENTRUM

Nejste v tom sami. Jsme tým odborníků z organizace **Jak Dál? z.s.** a právě pro takové rodiny tu jsme.

V týmu máme psychoterapeuty, psychology, peer konzultanty i psychiatra.

Podle vašich potřeb a situace, ve které se nacházíte, vždy hledáme nejvhodnější cestu, *abyste se mohli posunout dál.*

Jak Dál?

průvodce rodin na cestě změnou

Zavolejte nám: **+420 604 267 221**.
Společně domluvíme první setkání.

Napište nám e-mail na **info@jakdal.eu**.

Najdete nás v **Sílo Tower Olomouc,**
Litovelská 1340/2c

Více informací se dozvíte na **jakdal.eu**.



jakdal.eu



JakDal.eu

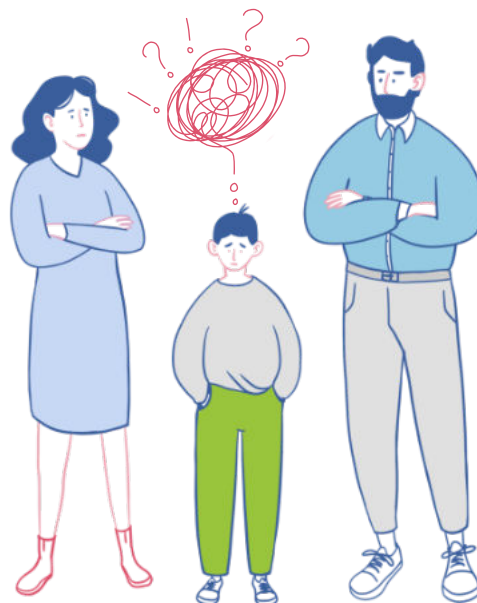


jak.dal



jak-dal

Má vaše dítě **TRÁPENÍ**, které nedokážete sami vyřešit?



Vaše dítě prochází náročným obdobím?

Trápí ho **úzkosti**, **deprese**, **NESPAVOST**,
sebepoškozování, **výkyvy nálad**,
zhoršilo se **ve škole**?

Nevíte si jako rodiče rady?

Jsme tu pro vás – i pro něj.

Nabídka těchto služeb je možná díky realizaci projektu „**Duševní nesnáze zvládneme, jsme rodina**“, který je financován z OP Zaměstnanost plus v termínu 1. 7. 2025 – 30. 6. 2028, reg. č. CZ.03.02.02/00/24_066/0004691. Projekt se zaměřuje na komplexní práci s ohroženou rodinou pečující o dítě s duševní nesnáží do 18 let. Kapacita zapojených rodin je omezená, očekáváme systematickou práci s až **40 rodinami ročně (120 rodin celkem)**.

Jak Dál?

průvodce rodin na cestě změnou



Co můžete očekávat?

○ Společná setkání s odborníky

Individuální nebo rodinná setkání s psychologem, psychoterapeutem, peer konzultantem (mladý člověk s osobní zkušeností) nebo dalšími členy týmu.

○ Podpora pro dospívající

Skupinová terapeutická setkání

GYM – místo pro sdílení, hledání opory, budování sebevědomí, psychické odolnosti a zvládání emocí.

Pro teenagery od 14 let, kteří hledají porozumění sobě i ostatním.

○ Propojení s lékaři

Spolupracujeme s **dětskými psychiatry a klinickými psychology**. Pokud je třeba, zapojíme je do péče. Nečekáte další měsíce – nabízíme včasnou a komplexní pomoc pro vás i vaše dítě.



○ Dlouhodobá podpora

Na vstupním setkání nastavíme spolupráci **podle vašich potřeb**.

Můžete pak využít multidisciplinární odbornou podporu v rozsahu **5–10 hodin pro rodiče a 5–20 hodin pro dítě**.

Dospívající ve věku od 14 let se mohou účastnit také Skupinové sebezvojové skupiny GYM v rozsahu 15 x 2 hodiny.

○ Bezpečí, porozumění a respekt

Neříkáme vám, co máte dělat. **Společně objevujeme**, co funguje právě u vás doma.

○ Finanční dostupnost služeb

Zaplatíte pouze **jednorázový poplatek** ve výši 1 000 Kč za celou rodinu.