

Umění říkat v rodičovství NE bez výčitek svědomí

Inspirativní seminář pro rodiče pod záštitou Familylab ČR

Říkat „ne“ druhým lidem v situacích, kdy to je potřeba, ve skutečnosti znamená říkat „ano“ sobě a svým pocitům a potřebám.

Naučí-li se rodiče říkat „ne“ osobním jazykem, získají od dětí více respektu a větší ochotu spolupracovat.



Lektorka Jana Gottwaldová je autorka projektu **Šťastný rodič**, jehož cílem je podpořit rodiče v **respektujícím přístupu k výchově** a zaměřuje se hlavně na komunikaci.

Na semináři se dozvíte:

- jak nastavovat hranice s respektem a zároveň zůstat v kontaktu se sebou i s dětmi
- jak říkat „ne“ s klidem, bez obviňování a pocitu viny, a jak děti naučit totéž
- proč jsou konflikty příležitostí být si blíž – nemusíme se jim vyhýbat

Kdy: středa **4. února 2026**, 18:00 – 20:00

Lektor: Jana Gottwaldová www.stastnyrodic.sk

Vstupné: **200 Kč/dospělého**

Registrace: do pondělí 2. 2. nebo do zaplnění kapacity
na emailu: rcbaracek@gmail.com



*Tuto akci
finančně
podpořila
obec Vestec.*

RODINNÉ CENTRUM BARÁČEK, Z.S.

Herna: Sportoviště obce Vestec, 1.patro, U Hřiště 575, Vestec

www.rcbaracek.cz

rcbaracek@gmail.com, +420 777 129 542