

KATALOG SLUŽEB NA ŠKOLNÍ ROK 2024/2025



Maják tímto rokem překročí pomyslný milník a vkročí do 25. roku své existence. Konkrétně se tak stane začátkem školního roku 2024/2025. S ohledem na toto jubileum jsem přemýšlel, co je za námi, co se podařilo, i co bylo náročné. Je až překvapivé, co se za posledních 5 let stalo - zde je malé ohlédnutí.

Před 5 lety, kdy jsme si připomněli výročí Majáku 20 let, se Maják rozdělil na několik dalších subjektů. Šlo především o cílené oddělení sociálních služeb, a to tří NZDM klubů. Dnes NZDM Zapes v Liberci, NZDM Depo v Hrádku nad Nisou a NZDM Kino v Novém Městě pod Smrkem.

Samotná primární prevence zůstala pod původním názvem Maják o.p.s. Že to nebude jednoduchý čas, se ukázalo hned s příchodem covidového období, které nás tzv. hodilo do vody, a my jsme se museli postarat. Po návratu do škol jsme zjistili, jak obrovský smysl naše práce má. Přestát toto období nám pomohly i úřady a instituce kolem nás, a za to jsme vděční.

Během covidu a po návratu do škol jsme začali prodávat naše preventivně-edukační karty pro práci s třídními kolektivy. Nám samotným to pomohlo při práci se třídami, které se po dlouhých měsících vrátily do škol. Aktuálně v tomto směru hledáme další možnosti, jak vytěžit naši práci a nabídnout tyto pomůcky dále.

Velkou změnou prošel lektorský tým, který je nyní složený z 12 lidí. Za nové lektory jsme vděční, ale od covidového útlumu se až v současné době dostáváme do možnosti růstu, směrem k nabízeným kapacitám pro školy.

Zároveň jsme v posledních letech začali intenzivně řešit témata duševního zdraví, a také dramaticky se měnících nových návykových látek. Téma duševního zdraví se k nám dostává především od žáků, kteří nám píšou, co složitého osobně řeší, a také skrze práci ve třídách, kde vidíme, že to pro některé žáky není jednoduché. Vytvořili jsme proto několik nových programů. Po návratu do škol program Zase spolu. Nyní je to program Hlavu vzhůru, který se věnuje psychickým obtížím a je součástí projektu realizovaného s p. primářkou dětské psychiatrie. Současně už proběhlo deset vzdělávacích seminářů pro pedagogy. Aktuálně připravujeme nový program s tematikou duševního zdraví pro 9. třídy s názvem Pozor na hlavu!

Odhadovat vývoj, co bude dál, si nedovolím. Ale mohu s jistotou říci, že co je za námi, stálo opravdu za to. Moc děkujeme, že jste v tom s námi. Není to jen fráze, ale jsou to reálně propojené příběhy a přátelství.

Za MAJÁK o.p.s.

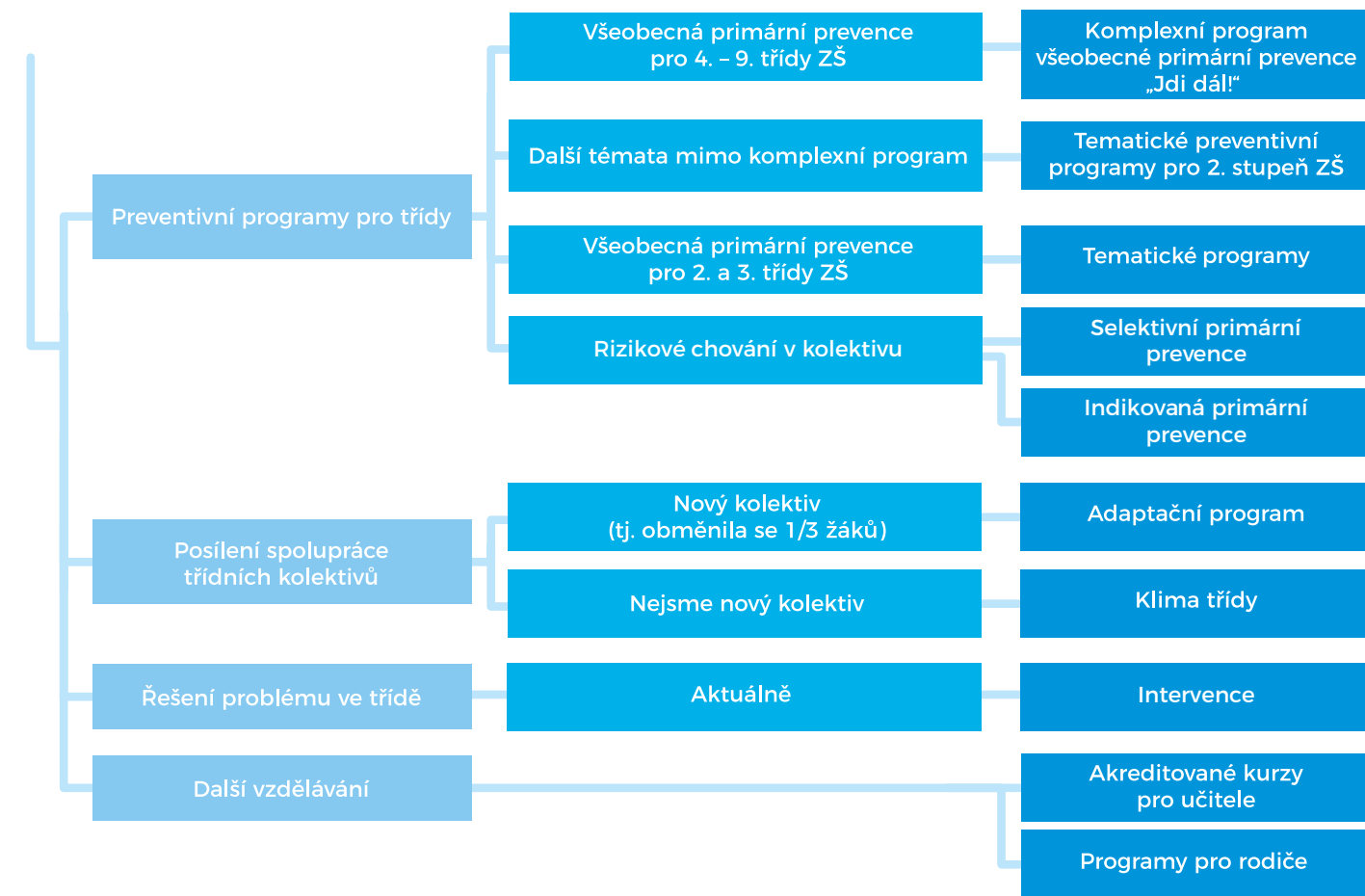
Mgr. Jan Molnár

výkonný ředitel a vedoucí primární prevence
















VÝBĚR PROGRAMŮ



TEMATICKÉ BLOKY KOMPLEXNÍHO PREVENTIVNÍHO PROGRAMU „JDI DÁL!“

Ročník	1. blok		Oblast prevence	2. blok		Oblast prevence
4.		Alkohol a kouření	Adiktologie		Jsme parta	Šikana a extrémní projevy agrese
5.		Jsem originál	Šikana a extrémní projevy agrese		Bezpečně online	Kyberšikana, bezpečnost na internetu
6.		Závislosti	Adiktologie		Čas změny	Rizikové sexuální chování
7.		Krása	Poruchy příjmu potravy		Návykové látky	Adiktologie
8.		Na netu	Kyberšikana, bezpečnost na internetu		Sexualita	Rizikové sexuální chování
9.		Pozor na hlavu!	Duševní zdraví		Rizikové sexuální chování	Rizikové sexuální chování

NABÍDKA DALŠÍCH PREVENTIVNÍCH PROGRAMŮ

Ročník	Specifická prevence		Oblast prevence	Ročník	Práce s kolektivem		Oblast prevence
2.		Zdravé tělo	Adiktologie	4. - 9.		Adaptační program	Formování nového kolektivu
3.		Bud' kamarád	Extrémní projevy agrese			Klima třídy	Posílení nastavení kolektivu
		Nejsem sám	Šikana a extrémní projevy agrese			Selektivní primární prevence	Vyazuje rizikové faktory
		Já a internet	Bezpečnost na internetu			Indikovaná primární prevence	Výrazný výskyt rizikových faktorů
6. - 9.		Sranda nebo ubližování	Šikana a extrémní projevy agrese			Intervence	Pomoc v řešení akutních i dlouhodobých problémů
		Hlavu vzhůru	Duševní zdraví	Anotace jednotlivých programů naleznete na následujících stránkách.			



KOMPLEXNÍ PROGRAM VŠEOBECNÉ PRIMÁRNÍ PREVENCE

„Jdi dál!“

Komplexní program dlouhodobě pracuje s třídními kolektivy od 4. do 9. ročníků. Cílem je efektivně předcházet vzniku rizikového chování u žáků.

Komplexní program má certifikát odborné způsobilosti poskytovatele primární prevence rizikového chování. Certifikát je k nahlédnutí na webových stránkách na www.majakops.cz.

Zásady naší práce:

Časová dotace je dva bloky po 3 vyučovacíh hodinách.

Programy jsou vedeny v **komunitním kruhu**.

Programy probíhají za **přítomnosti třídního učitele** pro zajištění efektivity.

Při objednání obou bloků programu pro jednu třídu budou setkání realizována s časovým rozstupem (ideálně vždy jeden blok v jednom pololetí).

V ceně programu je také **možnost konzultace**.

Lektoři respektují jedinečnost každého žáka dle etického kodexu organizace.



ALKOHOL A KOUŘENÍ



4. ročník

1. blok

3 x 45 min

Formou aktivity žáci nejprve pracují s obrázky, které znázorňují škodlivé a zdravé prospěšné činnosti. V návaznosti na to žáci zjišťují rizika vybraných oblastí. Program se věnuje problematice kouření a e-cigaret – žáci tvoří ve skupinách plakáty na toto téma. Příběhem je přiblíženo riziko vzniku závislosti na kouření. Následně je věnován prostor škodlivosti užívání alkoholu a nebezpečí závislosti.

Obecný cíl:

Předcházet nebezpečí závislosti na alkoholu a tabákových výrobcích.

Specifické cíle:

Zvýšit povědomí žáků o škodlivosti tabákových výrobků včetně pasivního kouření.

Porozumět nebezpečí užívání alkoholu.

JSME PARTA



4. ročník

2. blok

3 x 45 min

V programu žáci pomocí karet s emocemi zhodnocují jejich vnímání se v třídním kolektivu. Dále jsou zařazeny aktivity pro spolupráci třídní skupiny a rozkrývání vztahů a vazeb mezi žáky. S žáky je následně otevřeno téma záměrného ubližování - jaké jsou znaky, jak toto jednání řešit a jak mu předjet. V závěru programu žáci písemně vyjadřují, kdo je pro ně v kolektivu důležitý, jako další nástroj mapování třídního kolektivu.

Obecný cíl:

Vést žáky k porozumění pojmu šikany.

Specifické cíle:

Posílit vzájemný respekt v kolektivu.

Rozvíjet spolupráci žáků.

Základní mapování vztahů v kolektivu.

JSEM ORIGINÁL



5. ročník

1. blok

3 x 45 min

V úvodu programu jsou žáci povzbuzeni k uvědomění si vlastní hodnoty a svých silných stránek. Následuje aktivita pro rozvoj spolupráce, vzájemného respektu a komunikace. Dále je otevřeno téma záměrného ubližování (šikany a kyberšikany). Ke konci programu je věnován prostor pojmenování aktuálních problémů ve třídě (nikoli jejich řešení).

Obecný cíl:

Vést žáky k porozumění pojmu šikany a kyberšikany.

Specifické cíle:

Podpora lidské originality a zdravého sebevědomí s ohledem na duševní zdraví žáků.

Prohloubit znalosti žáků o základních rysech domácího násilí.

Umět sdělit nepříjemné chování druhých.

Posílit vzájemný respekt v kolektivu.

BEZPEČNĚ ONLINE



5. ročník

2. blok

3 x 45 min

Během programu jsou žáci vedeni k uvědomění si kladů a záporů virtuálního světa. Třída pracuje s tématem kyberšikany, které je uvedeno formou vyprávěného příběhu. V další aktivitě program upozorňuje na nebezpečí kontaktu s cizími lidmi v online prostředí. V závěru se program věnuje bezpečnému nastavení profilu na sociálních sítích a upozorňuje na rizika sdílení soukromých informací ve virtuálním světě. Program upozorňuje i na rizika online gamblingu.

Obecný cíl:

Předcházet možným nebezpečím při pohybu na internetu.

Specifické cíle:

Seznámit žáky se zásadami bezpečného pohybu na internetu.

Přiblížit problematiku kyberšikany – její druhy, prostředky a prevence.

Posílit duševní zdraví žáků s důrazem na vlastní psychohygienu.

ZÁVISLOSTI

6. ročník
3 x 45 min

1. blok



Program se zaměřuje na různé druhy látkových a nelátkových závislostí a věnuje se tématu vzniku samotné závislosti. Aktivity programu poukazují na rizika a možné dopady závislosti. Program se věnuje závislosti na cigaretách, alkoholu a netolismu. Na základě vyprávěného příběhu žáci reflektují důležitost osobních rozhodnutí a vlastní zodpovědnosti v životě.

Obecný cíl:

Předcházet vzniku látkových a nelátkových závislostí.

Specifické cíle:

Zvýšit dovednost odolávat tlaku vrstevnické skupiny.
Posílit vlastní odpovědnost a odmítavý postoj k závislostnímu chování.

ČAS ZMĚNY

6. ročník
3 x 45 min

2. blok



Program pracuje se zasazením období dospívání do kontextu celého života a upozorňuje na jeho důležitost. Program zahrnuje prevenci sebepoškozování – formou aktivity posiluje jedinečnost každého člověka, čímž jsou i žáci vedeni k vzájemnému respektování se v kolektivu. Dále jsou prohlubovány znalosti žáků o formách domácího násilí a syndromu CAN. Program se zaměřuje na fyzické změny u chlapců a dívek během dospívání. Žáci jsou povzbuzeni ke sdílení náročných životních situací s dospělými osobami ve svém okolí.

Obecný cíl:

Vést žáky k posílení vlastní hodnoty v období dospívání.

Specifické cíle:

Vést žáky k úctě k vlastnímu tělu – podpora duševního zdraví.
Prohloubit znalosti žáků o základních rysech domácího násilí a syndromu CAN.
Porozumět dospívání jako procesu vedoucímu k dospělosti.
Zvýšit povědomí o tělesných změnách v období dospívání.

KRÁSA

7. ročník
3 x 45 min

1. blok



V první hodině jsou žáci vedeni k uvědomění si okolního vlivu, včetně médií, na ideál krásy. Žáci výtvarně znázorňují, jak si představují hezké a ošklivé lidi. V další části programu pracují s pojmy krása, závislost, zdraví, poruchy příjmu potravy. V této části je prostor k diskusi i na téma sebepoškozování. Následně se program zaměřuje na vnímání vlastní hodnoty a sebekřijetí a věnuje se případným rizikům různých forem domácího násilí a syndromu CAN.

Obecný cíl:

Posílení vlastní hodnoty a sebekřijetí.

Specifické cíle:

Předcházet vzniku poruch příjmu potravy.
Rozvoj vzájemné úcty v kolektivu.
Vést žáky k úctě k vlastnímu tělu – prevence sebepoškozování.
Prohloubit znalosti žáků o základních rysech domácího násilí a syndromu CAN.
Podpořit duševní zdraví žáků v oblasti sebekřijetí.

NÁVYKOVÉ LÁTKY

7. ročník
3 x 45 min

2. blok



S žáky je otevřena problematika návykových látek a jejich základní rozřazení. Pomocí výtvarného zpracování doplněného o kazuistický příběh žáci znázorňují fáze závislosti. V závěrečné části si žáci mohou uvědomit a propojit, co vše závislost na návykových látkách ovlivňuje v chování a způsobu života. V závěru je reflektována důležitost osobních rozhodnutí a vlastní zodpovědnosti.

Obecný cíl:

Předcházet vzniku závislosti na návykových látkách.

Specifické cíle:

Porozumět jednotlivým fázím závislosti a především riziku podcenění návykové látky v počáteční fázi.
Vést žáky k nastavení vlastního negativního postoje vůči experimentování a užívání.
Posílit schopnost odolat tlaku vrstevníků.
Zvýšit povědomí o současných trendech návykových látek a jejich rizicích.

NA NETU

8. ročník
3 x 45 min

1. blok



Program se zabývá hlavními zásadami bezpečného užívání internetu. Ukazuje také na možnosti řešení a pomoci v případě vzniklých problémů. V úvodní části programu jsou s žáky probírána aktuální témata spojená s životem na internetu. Další část programu se zaměřuje na rizika internetu (kyberšikana, pornografie, bezpečné profily, internetoví predátoři). V další části programu jsou pomocí příběhu mladých lidí ilustrována rizika nadměrného trávení času v online prostoru.

Obecný cíl:

Předcházet možným nebezpečím při pohybu na internetu.

Specifické cíle:

Přiblížit problematiku kyberšikany – její druhy, prostředky, ochrana a řešení.

Seznámit žáky se zásadami bezpečného pohybu na internetu.

Posílit duševní zdraví žáků v souvislosti s trávením volného času.

SEXUALITA

8. ročník
3 x 45 min

2. blok



Program pracuje se základními pojmy spojenými s lidskou sexualitou. V jednotlivých aktivitách rozkrývá některé představy žáků o sexuálním životě a jejich reálné dopady na oblast partnerských vztahů a rizik spojených se sexuálním chováním, jako je např. HIV, nechtěné těhotenství, domácí násilí, zneužití atd. V poslední části je věnován prostor pro dotazy žáků z oblasti partnerských vztahů a chápání sexuality v období dospívání.

Obecný cíl:

Vést žáky k zodpovědnému přístupu k vlastní sexualitě.

Specifické cíle:

Reflektovat tlak okolí a jeho dopady na vlastní úsudek.

Prohloubit znalosti žáků o základních rysech domácího násilí.

Prevence přenosu HIV a dalších pohlavně přenosných chorob.

POZOR NA HLAVU!

9. ročník
3 x 45 min

1. blok



Program pracuje s pojmy týkajícími se duševního zdraví a poskytuje žákům základní přehled psychických obtíží vycházejících z aktuálních trendů. Žáci jsou skrze aktivitu - práci s kartami vedeni k posilování své psychické odolnosti, k práci se stresem a emocemi. Dále jsou žáci povzbuzeni k otevřenosti a sdílení se s blízkými dospělými, případně k vyhledání odborné pomoci. V závěrečné části programu je věnován prostor základním možnostem péče o své duševní zdraví.

Obecný cíl:

Předcházet duševním obtížím žáků.

Specifické cíle:

Seznámení s možnostmi práce se stresem.

Posilování psychické odolnosti žáků.

Poskytnutí základních odborných kontaktů.

RIZIKOVÉ SEXUÁLNÍ CHOVÁNÍ

9. ročník
3 x 45 min

2. blok



Program nejprve pracuje s riziky spojenými s pohlavně přenosnými nemocemi, jako je HIV atd., dále s nechtěným otěhotněním a jinými následky rizikového sexuálního chování. Žáci jsou vedeni k zodpovědnému přístupu a prevenci rizik. Program se věnuje také tématům zneužití a domácího násilí. V poslední hodině je pak žákům v interaktivním příběhu znázorněn dopad různých rozhodnutí na život člověka. Žáci jsou vedeni k uvědomění si důležitosti osobních rozhodnutí.

Obecný cíl:

Zodpovědné jednání v sexuálním životě.

Specifické cíle:

Seznámit žáky s antikoncepčními metodami v oblasti adolescence.

Vést žáky k zodpovědnému přístupu v oblasti plánování rodičovství.

Prohloubit znalosti žáků o základních rysech domácího násilí a syndromu CAN.

Seznámit žáky s možnostmi ochrany proti pohlavně přenosným nemocem (HIV ad.) a příznaky těchto onemocnění.

TEMATICKÉ PREVENTIVNÍ PROGRAMY PRO 2. A 3. ROČNÍKY ZÁKLADNÍ ŠKOLY

ZDRAVÉ TĚLO



2. ročník

45 min

Program se zaměřuje na nebezpečí pasivního kouření s důrazem na ochranu vlastního zdraví – žákům je toto téma přibližováno hravou formou v jednotlivých aktivitách. V programu se žáci také seznámí se správným postupem při nalezení injekční stříkačky.

Obecný cíl:

Vést žáky k ochraně svého těla před nebezpečnými látkami obsaženými v tabákovém kouři či na nalezených injekčních stříkačkách.

Specifické cíle:

Pojmenovat riziko závislosti na tabákových výrobcích.

BUĎ KAMARÁD



3. ročník

2 x 45 min

Program vede k porozumění a posilování respektu vůči druhým, nastavuje vzájemné hranice v chování. Žáci během programu vyjadřují, jak vnímají svou třídu. V další části programu probíhá aktivita pro osvojení spolupráce, zdravé komunikace ve třídě, vzájemné podpory a povzbuzování se.

Obecný cíl:

Předcházet agresivnímu chování žáků.

Specifické cíle:

Vést žáky k porozumění hranice mezi legrací a ubližováním. Rozvíjet spolupráci a komunikaci mezi žáky.

JÁ A INTERNET



3. ročník

2 x 45 min

Program skrze aktivity poukazuje na možná nebezpečí na internetu. Žáci pracují s příběhy, pomocí kterých jsou nastíněna základní pravidla bezpečného pohybu na internetu. Prostor je věnován i kyberšikaně a jejímu řešení. Dále je kladen důraz na nebezpečí kontaktu s cizími lidmi a na rizika sdílení soukromých informací ve virtuálním prostředí.

Obecný cíl:

Vést žáky k bezpečnému pohybu na internetu.

Specifické cíle:

Zvýšit povědomí žáků o kyberšikaně a způsobu jejího řešení. Pojmenovat rizika komunikace s cizími lidmi a sdílení informací na internetu.

NEJSEM SÁM



3. ročník

2 x 45 min

Program je zaměřen na uvědomění si a respektování odlišností žáků a na posílení vlastní hodnoty. Společná aktivita pomáhá budovat přátelství a funkční vztahy v kolektivu. Dále se program věnuje základní síti pomoci v řešení nežádoucího chování mezi žáky.

Obecný cíl:

Předcházet projevům šikany.

Specifické cíle:

Podpořit dobré vztahy v třídní skupině. Pomoci žákům pojmenovat možnosti, kde najít pomoc v případě potřeby.

TEMATICKÉ PREVENTIVNÍ PROGRAMY PRO 2. STUPEŇ ZÁKLADNÍ ŠKOLY

SRANDA NEBO UBLIŽOVÁNÍ



6. – 9. ročník

2 x 45 min

Program formou příběhů poukazuje na jejich vnímání šikany z pohledu různých rolí ve třídě. Zaměřuje se na vnímání a respektování hranic k druhým a poskytuje základní informace o šikaně. Žáci jsou seznámeni s možnostmi, jak vyhledat pomoc ve škole i mimo ní, pokud se ocitnou v takových situacích. V další části programu pomocí karet žáci reflektují dění v kolektivu a svou pozici v něm. V závěru žáci pojmenovávají silné a slabé stránky kolektivu se zaměřením na 1 oblast, kterou by chtěli změnit. Program se zaměřuje na pozitivní změnu v kolektivu.

Obecný cíl:

Předcházet projevům šikany v třídním kolektivu.

Specifické cíle:

Přiblížit negativní následky šikany na psychiku člověka u oběti, agresora i ostatních žáků třídního kolektivu. Vést žáky k porozumění vzájemných hranic. Základní mapování vztahů v kolektivu.

HLAVU VZHŮRU



6. – 8. ročník

2 x 45 min

Program se zaměřuje na duševní zdraví žáků. Úvodní část je věnována rozlišení náročných životních situací, kde žáci pojmenovávají, co je pro ně těžké (práce s pojmy stres, náročná situace, emoce atd.), a jaké psychické obtíže znají. Program vede k přehledu, co jim s obtížemi pomůže. Program skrze jednoduchou aktivitu žáky povzbuzuje ke sdílení náročných situací s blízkými dospělými v jejich okolí a ukazuje na úskalí sdílení s vrstevníky. V závěru jsou žáci vedeni k uvědomění si možností trávení volného času, jsou seznámeni s jednoduchou metodou psychohygieny.

Obecný cíl:

Předcházet duševním obtížím.

Specifické cíle:

Poskytnout žákům přehled duševních obtíží. Vést žáky k možnostem sebenáhledu. Povzbudit žáky ke sdílení obtíží a vyhledání odborné pomoci.

PROGRAMY PRO TŘÍDNÍ SKUPINY

ADAPTAČNÍ PROGRAM

nové ročníky ZŠ



4 x 60 min

Jednorázový program s časovou dotací 4 hodiny je zaměřen na nastavení nově vytvořeného kolektivu a zdůraznění spolupráce kolektivu s učitelem. Program je sestaven z prožitkových aktivit a jejich následných reflexí. Program nastiňuje možný potenciál fungování kolektivu. Po konzultaci s třídním učitelem je možné do programu zakomponovat konkrétní požadavky či potřeby.

Program je veden odborným lektorem a probíhá v prostorách MAJÁKu o.p.s. v Liberci – Ruprechticích, příp. pro školy ve větší vzdálenosti lze domluvit realizaci programu v prostorách školy.

Je určen novým kolektivům ZŠ
(tj. obměnila se alespoň 1/3 třídní skupiny).

Obecný cíl:
Formování a podpora vzniku zdravého nastavení kolektivu.

Specifické cíle:
Podpořit atmosféru vzájemného respektu v kolektivu.
Rozvíjet schopnosti žáků v oblasti komunikace, diskuze, řešení problému a hodnocení situace.

KLIMA TŘÍDY

ročníky ZŠ od 4. třídy



4 x 60 min

Program s časovou dotací 4 hodiny je zaměřen na podporu spolupráce a soudržnosti třídního kolektivu a také na rozvoj komunikace. Program využívá technik prožitkové pedagogiky s důrazem na reflexi jednotlivých aktivit. Součástí programu je pozorování skupiny a zmapování třídní atmosféry, program neslouží jako diagnostika třídní skupiny.

Program probíhá v prostorách MAJÁKu o.p.s. v Liberci – Ruprechticích, příp. pro školy ve větší vzdálenosti lze domluvit realizaci programu v prostorách školy.

Program lze dle dohody navýšit na více setkání.

Je určen třídním kolektivům 4. – 9. ročníků ZŠ.

Obecný cíl:
Rozvíjet vzájemnou kooperaci a kohezi kolektivu.

Specifické cíle:
Zmapování vztahů v kolektivu, pozic žáků a jejich rolí.
Posílit respektování odlišností.
Rozvíjet schopnosti žáků v oblasti komunikace, diskuze, řešení problému a hodnocení situace.





PROGRAMY PRO KOLEKTIV S RIZIKOVÝM CHOVÁNÍM

SELEKTIVNÍ PRIMÁRNÍ PREVENCE



Program je určen pro žáky 4. – 9. ročníků ZŠ.

Témata a bloky jsou stejné jako v rámci komplexního programu prevence. Program se zaměřuje na skupiny žáků, u nichž jsou aktuálně či dlouhodobě ve zvýšené míře přítomny rizikové faktory pro vznik a vývoj různých forem rizikového chování. V rámci programu je k dispozici konzultace pro pedagoga. Program realizují zkušení lektori.

Hlavní rizikové faktory:

Ve třídě už byla řešena šikana 1. – 2. stádia
Kyberšikana
Riziko rasismu
Poruchy příjmu potravy
Drobná kriminalita
Odmítnutí a vyřazení ve skupině
Vrstevnický tlak
Nezdravé školní (třídní) klima.

INDIKOVANÁ PRIMÁRNÍ PREVENCE



Program je určen pro žáky 4. – 9. ročníků ZŠ.

Indikovaná primární prevence se zaměřuje na jedince či menší skupinu, u které se výrazně vyskytují rizikové faktory (viz výše), případně u které se již vyskytly projevy rizikového chování. Patří sem například šikana 3. – 4. stádia. V rámci programu je k dispozici konzultace pro pedagoga. Program realizují zkušení lektori.

INTERVENCE



Program je určen pro žáky 4. – 9. ročníků ZŠ. V rámci programu je k dispozici konzultace pro pedagoga. Program realizují zkušení lektori.

Program reaguje na **konkrétní problém**, který se v kolektivu aktuálně vyskytl. Cílem je zmírnit napětí pro další práci se skupinou, zamezit eskalaci problému a hledat adekvátní postupy pro řešení. Případnými návaznými setkáními dosáhnout změny chování žáků, narovnat vzájemné vztahy a posílit zdravé klima školní třídy. Součástí intervence je popis rizika situace a stanovení výchovného doporučení škole i rodičům.

Každá zakázka je specificky nastavena v komunikaci se školou dle potřeb třídního kolektivu.

Nejčastější důvody k realizování intervence:

Rozkrytí šikany
Diagnostikování fáze šikany
Agresivní chování v kolektivu
Kázeňské problémy.

Další oblasti: vyhocené nepříznivé klima i ve vztahu k učiteli, kyberšikana, šíření nevhodného obsahu na internetu, ublížení na zdraví, požití alkoholu apod.

DALŠÍ VZDĚLÁVÁNÍ

CELODENNÍ KURZY PRO UČITELE

KLIMA TŘÍDY

Cílem je věnovat se tématu třídního klimatu – důležitost práce s klientem, diagnostické metody, dynamika třídní skupiny a její vývoj. Kurz se také věnuje nejčastějším narušením třídní skupiny (např. šikaně), kazuistikám a metodickým pokynům k různým typům rizikového chování.

ŠIKANA

Kurz se zaměřuje na psychodynamiku školní skupiny, typologii oběti a agresora, stádia šikany. Podává informace o správném postupu řešení šikany na příkladech z praxe a informuje o metodách diagnostikování kolektivu. Věnuje se také metodickému pokynu MŠMT k řešení šikany.

RIZIKOVÉ CHOVÁNÍ VE ŠKOLSTVÍ

Kurz vede účastníky k porozumění dnešní mladé generaci. Lektor shrnuje nejčastější oblasti rizikového chování ve školské praxi, se kterými se v rámci práce s třídními kolektivy setkává. V kurzu je věnován prostor tématům: šikana, internet, poruchy příjmu potravy, sebepoškození, návykové látky a lidská sexualita.

Kurzy jsou určeny pro třídní učitele 1. a 2. stupně základních škol, metodiky prevence, učitele gymnázií, SOŠ a SOU a učitele středních škol, výchovné poradce, speciální pedagogy, ředitele škol a školských zařízení, pedagogy volného času, vychovatele školských zařízení, asistenty pedagoga, učitele MŠ, učitele – vedoucích školních zájmových kroužků a klubů, učitele praktického vyučování a učitele speciálních škol.

Lektorem kurzů je Mgr. Jan Molnár, který se prevencí na školách věnuje dlouhodobě a vychází tak ze svých zkušeností.

Kurzy probíhají v délce **8 vyučovacích hodin**. Cena kurzu je 1 950 Kč na osobu, při zajištění celého pedagogického sboru dle domluvy.

Případné dotazy směřujte na e-mail: vzdelavani@majakops.cz.

ODPOLEDNÍ SEMINÁŘE PRO PEDAGOGY I RODIČE

BEZPEČNOST NA INTERNETU

Víte, co dělají vaše děti na internetu?

Program pro rodiče mapuje současné digitální dění na školách, poukazuje na rizika kyberšikany, věnuje se rizikům internetového prostředí i nebezpečí sdílení soukromých informací ve virtuálním světě. Program směřuje ke stanovení hlavních zásad bezpečného užívání internetu.

NOVÉ NÁVYKOVÉ LÁTKY

Mluví vaše děti o fenoménech, které neznáte?

Program dává přehled současných trendů v oblasti nových návykových látek (tabákové a nikotinové výrobky, výrobky CBD, HHC, kratom, stimulační látky pro hráče online her). Poukazuje na jejich rizika a dává vhled do současné legislativy.

ŠIKANA

Víte, jak jako rodiče poznáte šikanu?

Program vymezuje pojem šikana a poukazuje na okolnosti vzniku v třídním kolektivu. Věnuje se rozpoznání specifík z rodičovského hlediska a vede k možnostem řešení situací.

HLAVU VZHŮRU

Proč jsou dnešní děti a dospívající ohroženi?

Program se věnuje tématům, se kterými se lektoři primární prevence setkávají na základních školách – různým psychickým obtížím, sebepoškození, poruchám příjmu potravy apod. Program vede k zamyšlení, co může udělat rodič a kde případně žádat o pomoc, pokud se s podobnou situací setká. Program je rozcestníkem pro nabídku odborné pomoci.

Všechny semináře pro pedagogy i rodiče vychází ze znalostí z praxe ve třídách.

Lektorský tým:
Mgr. Jan Molnár
Ing. Václav Jiříček
Bc. Vojtěch Černý

Délka kurzů: 90 minut
Cena: 2 000 Kč + cestovné dle domluvy

Případné dotazy zodpovíme na emailu: vzdelavani@majakops.cz.



PREVENTIVNĚ-EDUKAČNÍ KARTY

MYŠI Z MAJÁKU

Jak se cítíš?
Co prožíváš ve škole a co doma?
Jak trávíš svůj volný čas?

Na základě praxe a dlouholetých zkušeností jsme připravili sady karet pro práci s dětmi a dospívajícími. Sady karet jsou nyní kompletní!

SADA EMOCE

Univerzální sada vhodná ke zhodnocení aktuální nálady dětí, atmosféry ve třídě nebo proběhlé celotřídní aktivity.

SADA SITUACE

Je ideální pro dění v kolektivech, vhodná k pojmenování situací ve třídě, které žáci v kolektivu prožili.

SADA RODINA

Využijete k hledání odpovědí na otázky spojené s rodinou, k popsání fungování rodiny i jejích členů.

SADA VOLNÝ ČAS

Pomůže k pojmenování možností využití volného času nebo povídání o zájmech dítěte.

V současné chvíli pilotujeme novou sadu karet s fotografiemi pro práci s třídním kolektivem. Bude využitelná pro starší žáky, případně pro studenty středních škol. Vychází v roce 2024!

Sady si můžete objednat na stránkách materialy.majakops.cz, kde najdete všechny potřebné informace.

Karty můžete využít jak skupinově, např. v rámci třídnické hodiny či na kroužku, tak individuálně – při práci s jednotlivcem, v poradenství nebo rodinné terapii.

Sady mezi sebou můžete libovolně kombinovat – každá karta je označená písmenem a číslem.

Každá sada obsahuje metodiku, ve které najdete zásady používání i příklady konkrétních otázek z různých oblastí pro inspiraci.

Sady je nyní možné objednat v **kompletním balení** za zvýhodněnou cenu.

Nabízíme Vám také **workshop** věnovaný způsobu práce s kartami, možnostmi využití i případným rizikům při práci s kartami. V případě zájmu o workshop nás kontaktujte na email: vzdelavani@majakops.cz.

JAK OBJEDNAT PREVENTIVNÍ PROGRAMY NA ŠKOLNÍ ROK 2024/2025

1. VYPLŇTE objednávkový formulář (k dispozici na webových stránkách www.majakops.cz). Do formuláře uveďte údaje školy, vybrané programy pro Vaše třídy a případné preference k termínům realizace programů.

2. ZAŠLETE objednávku na e-mail: prevence@majakops.cz.

Obratem dostanete potvrzení o přijetí Vaší objednávky. V průběhu školního roku Vás pak s dostatečným předstihem kontaktujeme s návrhem smlouvy a s časovým harmonogramem realizace programů.

3. PODEPÍŠEME smlouvu o realizaci preventivních programů.

Využít můžete i osobní konzultaci s vedoucím primární prevence na vaší škole, který vám vysvětlí všechny podmínky spolupráce. Můžete se obrátit také na nás s jakýmkoli otázkami.

CENA PROGRAMŮ

Ceny preventivních programů pro školní rok 2024/2025 jsou uvedeny následovně:

2 520 Kč za 3hodinový blok komplexního programu pro 1 třídní kolektiv a za 3hodinový tematický preventivní program pro 2. stupeň ZŠ

1 680 Kč za 2hodinový tematický preventivní program pro 1. stupeň ZŠ

4 620 Kč za 4hodinový Adaptační program nebo program Klima třídy

3 080 Kč za 2hodinový program Intervence

+ příspěvek na cestovné

Cena programu **NEZAHRNUJE CESTOVNÉ**. Školy mimo Liberec hradí kromě ceny programu také příspěvek na cestovné lektorů – podrobnosti najdete na protější straně.

PŘÍSPĚVEK NA CESTOVNÉ

Příspěvek na cestovné se hradí za jednu cestu lektorů do místa realizace programu v jednom dni, bez ohledu na počet realizovaných programů či seminářů nebo počet lektorů.

Č. zóny	Příklady měst	Vzdálenost v km	Výše příspěvku v Kč
1	Dlouhý Most, Chrastava, Mníšek, Stráž nad Nisou, Vratislavice nad Nisou	5 – 10	160
2	Hodkovice n. Mohelkou, Jablonec n. Nisou, Janov n. Nisou, Nová Ves, Rýnovice	11 – 15	250
3	Dětřichov, Chotyně, Josefův Důl, Kokonín, Lučany n. Nisou, Raspenava, Rychnov u Jablonce n. N.	16 – 21	360
4	Český Dub, Frýdlant, Hejnice, Hrádek n. N., Jablonné v Podještědí, Křižany, Nové Město p. S., Tanvald, Turnov, Višňová	22 – 30	510
5	Cvikov, Desná, Mimoň, Rovensko pod Troskami, Stráž pod Ralskem	31 – 40	670
6	Harrachov, Lomnice n. Popelkou, Nový Bor, Okrouhlá, Polevsko, Semily, Skalice u České Lípy, Zákupy, Železný Brod	41 – 50	860
7	Česká Lípa, Doksy, Jestřebí, Kuřívody – Ralsko, Žandov	51 – 60	1030
8	vzdálenější města a města mimo Liberecký kraj	61 a více	individuální kalkulace



NAŠI ČINNOST AKTUÁLNĚ PODPORUJÍ:

GRANTY A DOTACE

Krajský úřad Libereckého kraje nás podporuje v rámci projektů „Komplexní program primární prevence Jdi dál!“ a „Krizová intervence 2024“.

MŠMT nás podporuje v rámci projektu „Jdi dál! - Programy primární prevence 2024“.

Statutární město Liberec finančně podporuje preventivní programy realizované na libereckých školách.

NADACE

Nadace Mezinárodní potřeby lektory dlouhodobě podporuje v projektu „Zdravá mládež“.

F-nadace aktuálně podporuje lektory v programech „NAJDILEKTORA.CZ“ a „ŠKOLA PRO ŽIVOT“.

Nadace EURONISA nás podpořila v projektu „Programy primární prevence“.

DARY A SPONZORSTVÍ

Činnost našich lektorů podporují i osobní dárci - ať už větší či menší částkou, pravidelně či jednorázově.

V rámci Kampaně Společně proti kouření naši činnost podpořil **Krajský úřad Libereckého kraje**. Veškeré finanční i jiné podpory si velmi vážíme a děkujeme za ni.

DÁLE SPOLUPRACUJEME

MAJÁK o.p.s. se účastní komunitních plánování a pracovních skupin věnujících se oblasti dětí a mládeže, oblasti osob ohrožených závislostí a oblasti prevence. Také máme zástupce v protidrogové komisi Libereckého kraje a v Krajské pracovní skupině zabývající se duševním zdravím u dětí a mladistvých. MAJÁK o.p.s. se podílí na tvorbě a úpravách strategických dokumentů v těchto oblastech a spolupracuje s důležitými subjekty v závislosti na jejich působnosti v Libereckém kraji.

NAŠI PARTNEŘI



PROJEKT HLAVU VZHŮRU

Významnou se pro nás stala spolupráce s paní primářkou MUDr. Šárkou Konečnou z Oddělení dětské a adolescentní psychiatrie Krajské nemocnice Liberec.

Společně jsme vytvořili projekt Hlavu vzhůru, který si klade za cíl být rozcestníkem pro pedagogy a pracovníky s dětmi a mládeží, aby byli schopni v úplném základu rozpoznat „**psychiatrické dítě**“ a **doporučit odbornou pomoc**.

Vytvořenou brožuru podpořil soukromý dárc, který nám pomohl projekt odstartovat. Semináře měly v minulých letech velký úspěch.

Z projektu postupně vznikl také preventivní program pro 9. ročníky ZŠ, který nese stejný název „Hlavu vzhůru“. V současné chvíli pilotujeme i další programy zaměřené na **duševní zdraví žáků**.



KAMPAŇ SPOLEČNĚ PROTI KOUŘENÍ

Organizace MAJÁK o.p.s. je dlouhodobě součástí kampaně Společně proti kouření, kterou pořádá ve spolupráci s Krajským úřadem Libereckého kraje.

V současné době se objevuje spousta nových návykových látek, na které jsme zaměřili také letošní rok kampaně. Kromě tabákových a nikotinových výrobků jsou to především výrobky CBD, HHC, kratom nebo stimulační látky pro hráče online her.

Pro veřejnost jsme zrealizovali dva semináře o nových trendech s panem Dr. Adamem Kulhánkem. Oba semináře byly kapacitně naplněné.

Skrze kampaň si MAJÁK o.p.s. klade za cíl upozornit na nebezpečí spojené s užíváním návykových látek a vést žáky k zodpovědnosti za vlastní rozhodnutí.

Součástí kampaně jsou informativně-preventivní letáčky, které lektoři MAJÁKu o.p.s. rozdali na adiktologických preventivních programech.



KONTAKTY PRO OBJEDNÁVÁNÍ, DOTAZY K FAKTURÁM A VZDĚLÁVÁNÍ, KONZULTACE

Mgr. Jan Molnár

[výkonný ředitel](#)

[vedoucí primární prevence](#)

e-mail: jan.molnar@majakops.cz

tel.: 728 128 513

Ing. Václav Jiříček

[koordinátor prevence](#)

[objednávky programů](#)

e-mail: prevence@majakops.cz

tel.: 778 533 195

Bc. Tereza Černá

[ekonomické oddělení](#)

e-mail: tereza.cerna@majakops.cz

koordinátor vzdělávání

e-mail: vzdelavani@majakops.cz

E-shop, nabídka edukačních karet

tel.: 777 465 103



MAJÁK o.p.s.

Konopná 776/8
Liberec 14
460 14

info@majakops.cz

tel. 777 465 100

www.majakops.cz