

## Zdravá a funkční rodina se staví ke svému zdraví zodpovědně

Karlovarský kraj

### **Hlavní přínos:**

- Podpora rodin a zdravého rodičovství.
- Poradenské aktivity – semináře a workshopy pro rodiny.
- Volnočasové aktivity pro děti a mládež.
- Organizace primárně-preventivních akcí a aktivit.

(akce a aktivity Bludiště, z. s., jsou podporovány mj. z dotačního titulu Rodina 2021, MPSV).

Občanské sdružení **Bludiště, z. s.**<sup>1</sup> už mnoho let nabízí pomocnou ruku rodičům a rodinám s dětmi. S nástupem pandemie COVID-19, která začala velmi zásadně a široce problematizovat život celé společnosti, zahrnul spolek do svých projektů osvětově-vzdělávací aktivity a relevantně zaměřené odborné poradenství. Pozornost byla zaměřena především na předcházení důsledků nejrůznějších zaváděných protiepidemických opatření promítajících se negativně do života mnoha rodin.

Smyslem přímé podpory poskytované v rámci bezplatných seminářů a akcí byla (pokud možno) včasná aktivizace osobního přístupu dospělých členů rodin ke správnému rozhodování ještě před vznikem či možným ztížením konkrétní životní situace v rodině, komunikace mezi partnery ve společné domácnosti, vztahů mezi zletilými členy rodiny a dětmi.

### Responze od účastníků prorodinně zaměřených primárně-preventivních akcí a aktivit:

(očíma účastníků)

#### **Matka Bohumila – rodina se 2 dospívajícími dětmi**

*„Vůbec jsem netušila, co mě na seminářích bude čekat. – Už po prvních seminářích jsem se ale proměnila v květinu s obrovským voňavým květem. Ano, takto bych popsala své nadšení ze získaných informací a přátelského prostředí. Každý z přednášejících lektorů mi předal část své profesní energie a velice cenná doporučení ohledně péče o zdravou kondici vztahů v rodině. Nabyté zkušenosti se mi navíc povedlo přenést i na ostatní v rodině, a tak se všichni, i přes nepříznivě ovlivňující covidové komplikace, učíme zdravě žít. Děkuji všem z Bludiště za nakopnutí. Díky seminářům se už chci celoživotně vzdělávat.“*

#### **Jarka – matka pětiletého syna**

*„Před narozením syna jsem pracovala jako laborantka v lékárně. Na semináře zdravého soužití a životního stylu v rodinách jsem začala chodit nejprve z důvodu častých viróz a hyperaktivity syna, a i kvůli mým stavům úzkosti. Navíc jsem na mateřské cítila potřebu přijít víc mezi dospělé s podobnými pocity. Už návštěva prvního semináře mi ukázala, že jeho obsah*

---

<sup>1</sup> Bludiště, z. s., Nám. Dr. M. Horákové 1201/5, 360 01 Karlovy Vary. Božena Turoňová, předsedkyně a ředitelka NNO Bludiště, z. s. Tel.: +420 774 434 525

*navazuje na mé v práci nabyté zkušenosti. Úplně jsem propadla velice poutavé a inovační výuce. Na seminářích byla jedna zajímavější osobnost než druhá., a proto nyní chodím i na semináře navazující. Pomáhají mi, a tím i mému synovi a manželskému soužití. “*

### **Veronika – matka dvou synů**

*„Děkuji za možnost začít využívat poradenství dětského psychologa poskytovaného v rámci prarodinných seminářů připravovaných Bludištěm. Pomohlo nám hlavně včas odhalit, a pak i účinně zareagovat na náznaky šikany rozvíjející se přes internet, s nimiž se jeden z mých synů vícekrát setkal vždy po splnění úkolu zadaným školou v rámci distanční výuky. Podpora nás doma všechny sblížila. “*

### **Karel**

*Jeho předtím zdravá a vitální manželka před časem dlouhodobě onemocněla a on sám měl ke všemu krátkodobě potíže po nákaze virem SARS-CoV-2. Bludišti by za sebe, manželku i jejich dvě dcery školního věku rád poděkoval za odbornou pomoc, která začala při jednom z prarodinných seminářů na začátku pandemie. – „Nebýt přítomnosti zkušené profesionálky – psychologičky, sám bych si situaci tenkrát nesrovnal a nejspíš vůbec ani nezvládl, protože na všechno jsem vlastně najednou zůstal úplně sám,“ uvádí s poděkováním Karel. Jak doplňuje, v současnosti se s příslušnými odborníky radí už nejen on sám, ale i společně s jejich dcerami. Manželka se navíc v mezidobí našťěstí už uzdravuje a život v rodině se začíná dostávat do normálu.*

Zdroj: [www.bludistekv.cz](http://www.bludistekv.cz)