Praha 3 se připojí k Týdnu za dětství bez násilí. Nabídne workshopy, besedy i společné bubnování

11.11.2026
Každé dítě má právo vyrůstat v bezpečí, bez násilí a s vědomím, že se má na koho obrátit. Praha 3 se proto i letos od 18. do 25. listopadu připojuje k celostátní kampani Týden za dětství bez násilí, kterou pořádá Centrum LOCIKA.



Praha 3 připravila pro děti, rodiče i širokou veřejnost program zaměřený na vzájemnou komunikaci, porozumění dětským emocím, respektování hranic a podporu bezpečných vztahů v rodině. Třetí ročník kampaně ponese podtitul Umět si říct o pomoc.

„Dětství bez násilí nezačíná až ve chvíli, kdy se objeví nějaký problém. Začíná v každodenních vztazích, v tom, jak spolu mluvíme, jak naslouchámе dětem a jak reagujeme na jejich potřeby a emoce. Děti potřebují vědět, že je bereme vážně, že se nám mohou svěřit a že se na nás mohou spolehnout. Stejně důležité je naučit je, že mají právo na vlastní hranice a jak si mohou říct o pomoc," říká místostarostka Prahy 3 pro sociální věci a zdravotnictví Nikol Kroužek.

Letošní kampaň připomíná, že násilí do dětství ani do rodin nepatří a že každý dospělý může přispět k tomu, aby se děti cítily bezpečně. Někdy přitom stačí zdánlivě obyčejné věci — všimnout si, že se dítě chová jinak než obvykle, zeptat se ho, jak mu je, dát mu prostor mluvit a především mu věřit, když se svěří s něčím, co ho trápí.

Praha 3 proto připravila několik akcí, které nabídnou nejen společné zážitky, ale také praktické rady a inspiraci pro každodenní rodinný život.

Program odstartuje ve čtvrtek 19. listopadu společným bubnováním. Dopoledne se na Žižkovské náměstí uskuteční Bubnovačka, kterou pořádá ZŠ Poznávání a která je určena školám, veřejnosti i místním podnikům. Od 16 hodin pak bude následovat workshop Bubnujeme spolu v Komunitním centru Žižkostel. Pod vedením zkušeného lektora Adama si mohou zabubnovat rodiče, prarodiče i děti.
Bubnování symbolicky připomíná, že hlas každého dítěte má být slyšet.

V pondělí 23. listopadu se program zaměří na dětský vztek a agresivitu. Workshop Agresivita v dětském světě, který povede terapeut, supervizor a lektor Martin Galbavý, nabídne pohled na to, co se může skrývat za dětským vzdorem, vztekem nebo ubližováním. Účastníci se dozvědí, jak těmto projevům lépe porozumět a jak na ně reagovat. Akce se uskuteční od 16.30 do 18.30 v Galerii Toyen v Milešovské ulici.

V úterý 24. listopadu bude následovat seminář Sourozenci v pohodě pod vedením Šárky Kučerové. Rodiče na něm získají praktické tipy, jak řešit sourozenecké konflikty s respektem, pomáhat dětem zvládat emoce

a podporovat dobré vztahy mezi nimi. Seminář se koná od 17 do 19 hodin v Rodinném a komunitním centru Paleček v Písecké ulici.

Závěrečnou akcí bude ve středu 25. listopadu beseda Centra LOCIKA Laskavé rodičovství — Jak na výchovu s hranicemi a bez trestů. Lektor Jan Šeřík se zaměří na to, jak nastavovat dětem hranice bez trestání, proč jsou bezpečné vztahy důležité pro jejich vývoj a jak zvládat běžné výchovné situace s větším klidem a porozuměním. Beseda se uskuteční od 16 do 18 hodin v Galerii pod radnicí na Havlíčkově náměstí.

Všechny uvedené akce jsou zdarma a jsou otevřené veřejnosti.

Týden za dětství bez násilí chce také připomenout, že na řešení náročných situací nemusí být děti ani dospělí sami. Pokud mají rodiče, příbuzní, známí nebo další lidé obavy o dítě, mohou se obrátit na odborné služby, které jim pomohou zorientovat se v situaci a najít vhodné řešení.

Na Praze 3 působí například Intervenční centrum Praha v Křišťanově ulici nebo Program Viola v Chelčického ulici. Pomoc a poradenství poskytuje také oddělení sociálně-právní ochrany dětí Úřadu městské části Praha 3 a poradce pro rodinu na stejné adrese.

„Někdy člověk tuší, že něco není v pořádku, ale neví, jak situaci pojmenovat nebo na koho se obrátit. I proto chceme ukázat, že požádat o pomoc je v pořádku a že existují lidé a organizace, které umějí poradit. Naším cílem je, aby děti věděly, že se mají komu svěřit, a aby dospělí dokázali jejich signály včas rozpoznat a reagovat na ně," doplňuje Nikol Kroužek.

Týden za dětství bez násilí pořádá Centrum LOCIKA. Jeho poselství ale nekončí posledním listopadovým dnem. Bezpečné dětství, respekt a podpora jsou důležité po celý rok.

Potřebujete poradit nebo máte obavy o dítě?

- **Oddělení sociálně-právní ochrany dětí ÚMČ Praha 3:** Martina Minhová, tel. +420 222 116 485, e-mail: minhova.martina@praha3.cz nebo
  Průvodce pro rodinu ÚMČ Praha 3: Rada Nováčková, tel. +420 222 116 409, e-mail: novackova.radka@praha3.cz; Martina Vejmělková, tel. 222 116 438, e-mail:vejmelkova.martina@praha3.cz

- **Intervenční centrum Praha:** Křišťanova 675/3, tel. +420 734 510 292, e-mail: icpraha@csspraha.cz

- **Program Viola:** Chelčického 842/39, tel. +420 773 666 784, e-mail: viola@csspraha.cz

- **Centrum LOCIKA:** tel. +420 601 500 196 (poradenství pondělí—čtvrtek 9—12 hodin), e-mail: poradna@centrumlocika.cz

- **Aperio - Společnost pro zdravé rodičovství:** www.aperio.cz

Podrobnější informace o odborné pomoci najdete na webových stránkách jednotlivých organizací.