
Studentská poradna 3. LF UK

Studentská poradna 3. lékařské fakulty Univerzity Karlovy je součástí univerzitní sítě poraden a je využívána českými i zahraničními studenty 3. LF UK i jiných fakult.

Poradna poskytuje bezplatně následující **poradenské služby** založené na principech podpory zdraví, kognitivně behaviorální terapie a tvarové (Gestalt) terapie:

- a. pomoc při adaptaci na nové studijní a životní podmínky
- b. studijní poradenství, pomoc při řešení studijních problémů, hledání efektivního studijního stylu
- c. poradenství při zvládnutí stresu včetně podpory zdravého životního stylu
- d. poradenství zaměřené na řešení osobních a rodinných problémů a osobní růst
- e. pomoc s odvykáním kouření a jiným závislostním chováním
- f. zprostředkování návaznosti na specializované služby podle potřeb studentů (krizová intervence, psychiatrické vyšetření, psychoterapie, farmakologická léčba závislosti na tabáku, sociální a právní poradenství, apod).

Kontakty

Studentská poradna

Ústav hygieny, oddělení podpory zdraví dětí
budova C/10 SZÚ, vchod sever (od stromu)
3. lékařská fakulta Univerzity Karlovy
Ruská 87, 100 00 Praha 10

Kontaktní osoby

Doc. MUDr. Dagmar Schneidrová, CSc.

(vedoucí poradny – poradenské služby viz výše)
267 102 340

Dagmar.Schneidrova@lf3.cuni.cz

Konzultační hodiny: středa 10 - 12, 13 - 16 hod. (po předchozí domluvě e-mailem nebo tel.)

Mgr. Tereza Koprivová Herotová, Ph.D.

(poradna pro odvykání kouření a jiné závislosti)

Tereza.Koprivova@lf3.cuni.cz

Konzultační hodiny: úterý 11-14 hod. (po předchozí domluvě e-mailem)

Poradna UK Pointu

Poradna UK Pointu nabízí další poradenské služby a skupinové aktivity.

<https://centrumcarolina.cuni.cz/CC-16.html>

Online poradna v oblasti závislostí

[Poradna adiktologie](#)

Péče o duševní zdraví

<https://www.opatruj.se/>

Služba organizace Acorus pro studenty ohrožené domácím násilím

Rádi bychom Vás informovali o [projektu pro dospívající a mladé dospělé ve věku 16 - 26 let](#), kteří jsou nebo byli ohroženi domácím násilím v jejich primární rodině. Aktuálně **máme volnou kapacitu pro přijetí nových klientů**.

S naším týmem odborníků pomáháme v bezpečném prostředí klientům získat nezbytnou komplexní podporu a porozumění, které potřebují na jejich cestě ke zpracování traumatických zážitků. Pro zvýšení informovanosti vznikl náš videoklip [ZASTAV TO VČAS!](#), neboť to, kde začínají a končí hranice lásky, vnímá každý jinak. Budeme moc rádi, když si najdete čas na jeho zhlédnutí.

Máme velkou radost, že je aktuálně možné na projekt "[Do dospělosti bez násilí](#)" odkazovat další osoby, které potřebují naše služby, a tím jim pomoci zlepšit jejich situaci. Plně si uvědomujeme, že díky spolupráci různých odborníků může být systém pomoci více efektivní, a proto si spolupráce velmi vážíme.



Do dospělosti bez násilí

Služba je zaměřena na podporu
dospívajících a mladých dospělých ve věku
16 – 26 let, kteří jsou nebo byli **ohroženi
domácím násilím** ve své primární rodině.



POMOC PRO DO DOSPĚLÉ (16 – 26)

- odborné poradenství v rodině
 - krizová pomoc a individuální
 - terapie podporující vzta
 - právní poradenství, v od
- zastupování

Kontakt pro objedná

ACORUS - poradenské a t
Haštalská 28, 110 00 Praha
tel.: +420 774 667 800, E-r
Na konzultaci je nutné se v

ACORUS neposkytuje služ
domácího násilí.

Služba je poskytován

- osobně, **bezplatně** a v
- v termínu dle individuál



Najděte n
Instagram
se můžete
objednat n
konzultaci



Projekt „Do dospělosti bez násilí“
financován Evropskou unií, prost

Pora mlac

Poradna se nachází na adrese Dělnická 12, Praha 7 - Holešovice. Konzultace probíhají na základě předchozího objednání na **nonstop lince ACORUSu 283 892 772**.

Podle výsledků výzkumu *Partnerské násilí dospívajících a mladých v ČR* realizovaného v roce 2018 zažilo **partnerské násilí 33 % mladých lidí** ve věku **16 – 26 let**, kteří někdy byli ve vztahu. Oběťmi byli v 61 % ženy či dívky a ve 39 % muži či chlapci. Fyzické násilí zažilo 19,3 % mladých lidí, psychické násilí 50 %, opakovanou kontrolu 41,3 %, kybernásilí 31,3 %, sexuální násilí 14 % a 18,7 % mladých lidí, kteří mají nebo měli zkušenost s partnerským násilím, zažilo po rozchodu stalking (zdroj www.profem.cz).

Zahraniční statistiky poukazují také na to, že **pokud mladý člověk zažije násilné chování ve svých prvních vztazích, je více ohrožen násilím i v jeho dalších vztazích**. Proto se domníváme, že **poskytnutí včasné pomoci mladým lidem ohroženým partnerským násilím je velmi důležité**.