

Kontaktní e-mail:  
[solcova@dekanat.mff.cuni.cz](mailto:solcova@dekanat.mff.cuni.cz)



### **Co u nás najdete?**

- 1** informace o aktuálních stá-  
žích v rámci studia i po jeho  
ukončení
- 2** přehled o aktuálních nabídkách  
pracovních míst vhodných  
pro absolventy
- 3** možnost konzultace  
s personalistou  
či psychologem
- 4** příležitost k osobní  
konzultaci při přípravě životo-  
pisu, na pohovor, zpracování  
příhlášek např. pro stipendijní  
programy
- 5** mentoringový program
- 6** doplňkové soft-skills  
vzdělávání
- 7** exkurze a soutěže
- 8** informace  
o uplatnitelnosti  
absolventů fakulty
- 9** propojení s absolventy  
a spolkem Matfyz Alumní z.s.
- 10** k odběru novinek o dění  
a nabídce KPC se přihlašte  
na do našeho newsletteru
- 11** více informací najdete  
na [www.mff.cuni.cz/kpc](http://www.mff.cuni.cz/kpc)

# KARIÉRNÍ PORADENSKÉ CENTRUM MFF UK

V Holešovičkách 2, Praha 8,  
místo T140-T141, 1.p.



# Jednou Matfyzák, navždy Matfyzák

**Gratulujeme k zápisu a vítáme tě mezi studentky a studenty prvního ročníku Matfyzu.**

Budeme rádi, kdy za tři až pět let budeš společně s námi vyznávat naši mantru „jednou matfyzák, navždy matfyzák“. Jenže to nebude úplně sranda. Studium na Matfyzu je pro řadu studentů prvních ročníků výzvou. U nás se nevyžaduje memorování, očekává se zejména pochopení látky. Novinek je spousta. Jsme každý jiný, a proto se s výukou vyrovnáváme jinak. Je úplně normální, že jedeme ve více rychlostech a ne vždy tak úspěšně, jak to bylo na gymplu. Sice se to na tebe bude asi sypat ze všech stran, přesto nabízíme možnost, jak celou zapeklitou situaci nejen v prvním semestru zvládnout.

Víme, že přetížení způsobené myšlenkovou činností existuje. Nabízíme proto řešení, jak se s Jarníky a spol. co nejlépe popasovat.

Studentům prvních ročníků všech programů otvíráme dvoudenní kurz v listopadu 2020.

S Jakubem Švecem budeš hledat optimální metodu učení. Někomu vyhovuje individuální, někomu skupinová výuka, někdo musí mluvit nahlas, jiný zase malovat a podtrhávat. Co je optimální pro tebe, zkusíte spolu najít během šestihodinového kurzu, rozděleného na 2x 3 hodiny.

S Hedvikou Boukalovou se zaměříš na to, jak vyrovnat síly mezi učením a časem na odpočinek. Nemá cenu zapomenout na relaxaci, protože se přece musíš učit.

Máš vždy právo na pauzu, na kino, kafe, hodinu na squashi. Existuje řada „vychytávek“, které má smysl používat.

Pokud zjistíš, že by se ti něco hodilo, přihlas se na <http://bit.ly/2UaFqhY>.

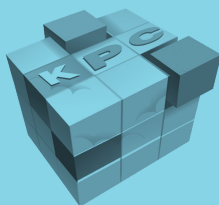
Občas je dobré si pokecat i s někým z vyššího ročníku. Naše parta studentů magisterského studia funguje jako „přítel na telefonu“.

Stačí napsat na [solcova@dekanat.mff.cuni.cz](mailto:solcova@dekanat.mff.cuni.cz) a propojíme tě. Všichni se nějakým způsobem proboxovali nástrahami bakalářského studia a řeknou ti, kde a jak má cenu zabrat a kde naopak se dá občas něco ošulit.

A když nic z výše uvedeného nepomůže, máme v záloze Lenku Slavíkovou, psycholožku a terapeutku. Lenka dlouhodobě pracuje s našimi studenty, takže zná typické trable, úzkosti i radosti. Prostřednictvím Informačního a poradenského centra Univerzity Karlovy a naší kolegyně Silvie stačí napsat, domluvit si termín pro konzultaci. [silvie.nedvedova@ruk.cuni.cz](mailto:silvie.nedvedova@ruk.cuni.cz).

Nic z výše uvedeného nestojí víc než tvůj čas. Takže, pokud ti někdy nebude úplně – hej –, ozvi se. Když ti dojde energie a budeš hledat pomoc v jiný čas, stejně napiš na KPC, něco najdeme.

**Odkaz na registraci**  
<http://bit.ly/2UaFqhY>



**Místo:**

V Holešovičkách 2, Praha 8  
místnost T 140 - T 141, 1. p.

**Provoz:**

úterý 9:00 - 15:00,  
průběžně celý akademický rok

**Pracovník:**

RNDr. Karolína Šolcová  
[solcova@dekanat.mff.cuni.cz](mailto:solcova@dekanat.mff.cuni.cz)