

VYSOČINA EDUCATION

školské zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků
a středisko služeb školám, příspěvková organizace

pracoviště Žďár nad Sázavou, Studentská 1, 591 01

☎ + 566 630 820, 736 489 747, 🌐 <http://www.vys-edu.cz>, e-mail: perinova@vys-edu.cz



Stres-relaxace. Jak prožít spokojený život a nezbláznit se při zátěžové profesi?

Jak změnit život a práci, když se nedaří.
Hierarchie hodnot – hodnotový systém- a jak u sebe začít.
Práce ve vztahu efekt a afekt.
Náhled na složky své osobnosti.
Opěrné body stability člověka.
Generační stresy, náhledy a řešení.
Postoj v rámci profese a pochopení loajality.
Zdraví a relaxace v systému denního života.

Cílem semináře je:

Porozumět sám sobě a najít směr ke změnám.
Pochopení změn ve společnosti a odraz do profese a osobního postoje.
Sebe náhled jako předpoklad nadhledu profesního.

Doporučeno:	Seminář je určen pedagogům MŠ, ZŠ a SŠ
Lektor:	PhDr. Lidmila Pekařová
Místo:	Bystřice nad Pernštejnem – zasedací místnost v přízemí MÚ, Bystřice nad Pernštejnem
Poplatek:	1200,- Kč, pro účastníky ORP Bystřice nad P. je seminář ZDARMA
Garant:	Martina Peřinová
Hodinová dotace:	8 vyučovacích hodin
Termíny:	čtvrtek 13. června 2019 od 9,00 do 16,00
Oběd:	Zajištěn na ZŠ TGM, Bystřice nad Pernštejnem
Kontaktní osoby:	Jana Štěpánková, jana.stepankova@bystricenp.cz , 566 590 343 Gabriela Vítková, Gabriela.vitkova@bystricenp.cz , 566 590 343
Přihlášky:	Zasílejte nejpozději do čtvrtku 6. 6. 2019 na adresu Vysočina Education, Studentská 1, 591 01 Žďár nad Sázavou Zapisujte se přímo tady do on-line formuláře .