

Vážená paní kolegyně, vážený pane kolego,
dovolujeme si Vás pozvat na vzdělávací akci č. 1-01-1-18, která je určena všem pedagogickým i nepedagogickým pracovníkům

Posilování psychické odolnosti a pozitivního postoje

- **Termín a místo konání:**

23. říjen 2024, 9:00 - 15:45 hodin, Na Okrouhlíku 1371/30, Hradec Králové

- **Obsah:** V dnešní době se ukazuje jako velmi důležité posilovat svou odolnost vůči stresu, naučit se ho dobře zvládat a pracovat s ním. Prozkoumáme svou odolnost vůči stresu. Zaměříme se na zlepšování pozitivního postoje. Probereme si projevy stresu v našem těle a získáme tipy pro zvládnutí akutního stresu, práci s emocemi a techniky pro efektivní řešení chronického stresu. Najdeme zdroje naší energie a možnosti pro udržení životní rovnováhy a spokojenosti. Popíšeme si svou životní etapu a návody na ukotvení v náročných dnech.
- **Lektor:** Mgr. Helena Wiesenbergová
- **Garant programu:** Bc. Lucie Valášková, DiS.
- **Účastnický poplatek:** Účastnický poplatek ve výši 1 900 Kč bude uhrazen na základě vystavené faktury, která bude zaslána po uskutečnění akce na e-mail školy. V případě jakýchkoliv specifických požadavků na platbu pište na email herman@kkivi.cz.
- **Uzávěrka přihlášek:** 22. říjen 2024
- **Program není akreditován MŠMT.**

Zařazení na akci nepotvrzujeme - pokud zájemci neobdrží další sdělení, je závazně počítáno s jejich účastí!

Závazná přihláška na vzdělávací akci číslo 1-01-1-18

Posilování psychické odolnosti a pozitivního postoje

Termín akce: 23. říjen 2024		
Jméno a příjmení, titul:		Datum a místo narození:
Název školy (vč. PSČ):	IČO školy:	Telefon, E-mail:
Adresa bydliště (vč. PSČ):	Telefon, E-mail:	
Způsob platby:	a) v hotovosti	b) bankovní převod (předem) c) fakturace (předem)

- Pokud nevyplníte datum narození, riskujete, že nebude správně identifikována Vaše platba
- Potvrzujeme, že jsme se seznámili s platnými Podmínkami pro přihlašování a účast na vzdělávacích programech a souhlasíme s nimi. Bereme zejména na vědomí, že jsme v případě neúčasti nebo zrušení přihlášky po uzávěrce povinni uhradit stanovený účastnický poplatek v plné výši.

V

dne

Souhlas vedení školy (podpis, razítko):

Podpis přihlášeného: