

Centrum celoživotního vzdělávání - zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků Pardubického kraje

Mozartova 449, 530 09 Pardubice, tel. 466 536 530
E-mail: info@ccvpardubice.cz Web: http://www.ccvpardubice.cz IČO 750 61 074

POZVÁNKA NA VZDĚLÁVACÍ AKCI

Vážená paní, vážený pane, dovoluujeme si Vás pozvat na vzdělávací akci č. 1637161 Krabička první záchrany proti stresu, která je doporučena pro učitele MŠ, ZŠ, vedoucí zájmových kroužků, pedagogy volného času, ředitele škol a školských zařízení a vychovatele.

16 Pedagogické, didaktické a psychologické vzdělávání

1637161	Krabička první záchrany proti stresu
Doporučeno pro:	učitele MŠ, ZŠ, vedoucí zájmových kroužků, pedagogy volného času, ředitele škol a školských zařízení a vychovatele
Termín konání:	23. února 2026 od 09:00
Rozsah:	8 vyučovacích hodin
Místo konání:	CCV Pardubice, Mozartova 449, Polabiny
Spojení:	
Lektor:	Mgr. Elisabeta Drimlová, školní psycholog
Garant za CCV:	Leona Mašková
Tematická náplň:	Účastníci vzdělávacího programu si vyzkouší techniky pro zvládání akutního stresu. Vytvoří si vlastní „krabičku první záchrany“ pro efektivnější zvládání stresových situací. Obsahem programu je: - stres a jeho vliv na člověka (akutní, chronický stres, jak stres působí v těle) - jak rozpoznat příznaky stresu - techniky zvládání akutního stresu, společná tvorba krabičky první záchrany - dlouhodobé strategie pro podporu duševní pohody Součástí programu jsou: diskuze, sdílení, nácvik konkrétních technik, modelové situace, vzájemná podpora Cílem tohoto programu je vybavit účastníky nástroji a technikami pro efektivní zvládání stresu a pro posílení jejich psychické odolnosti. Program nabízí informace, jak stres funguje v našem těle a praktické návody, jak se s ním vyrovnat v každodenním životě.
Akreditace:	
Účastnický poplatek:	2000 Kč
Poznámka:	Seminář je vhodný do šablon OP JAK.

V případě zájmu o uvedenou akci vyplňte, prosím níže přiloženou přihlášku a zašlete ji obratem na e-mailovou adresu nejpozději do uzavěrky přihlášek.

ZÁVAZNÁ PŘIHLÁŠKA

1637161 Krabíčka první záchrany proti stresu

Jméno, příjmení, titul:

Datum narození:

Místo narození:

Kontakt na přihlášeného účastníka:

Název, adresa školy, šk. zařízení:

IČO:

Telefon, e-mail školy:

Platba: v hotovosti / na fakturu

Přihlašovat se můžete odesláním této vyplněné přihlášky e-mailem nebo přímo na stránkách www.ccvpardubice.cz, kde najdete uvedenou akci v databázi školení pod odkazem "**16 Pedagogické, didaktické a psychologické vzdělávání**"

Počet míst na semináři je omezen kapacitou učebny, v případě překročení kapacity rozhoduje o zařazení mezi účastníky datum přijetí přihlášky.

Seminář proběhne v případě naplněné potřebné kapacity k uskutečnění semináře.

Při neúčasti nebo zrušení účasti po uzávěrci se zavazujeme uhradit účastnický poplatek.

Vyplněním přihlášky souhlasím se zavedením do evidence účastníků vzdělávacích akcí (podle zák. č. 101/2000 Sb.).

.....
Razítko a podpis ředitele