



Spolufinancováno
Evropskou unií

MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

MAS Horní Pomoraví, o.p.s.
Vás srdečně zve na workshop v rámci projektu
„MAP vzdělávání ORP Zábřeh IV“ CZ.02.02.XX/00/23_017/0008423

Jak hořet a nevyhořet

Lektor:	Jana Lysáková - kouč, průvodce
Pro koho:	Pedagogičtí pracovníci ZŠ
Termín konání:	13. 11. 2024 od 14:00 – 16:00
Místo konání:	Geschaderův dům, Kladská 1, Šumperk
Organizace:	Mgr. Lenka Ehlerová
Cena:	Pro účastníky zdarma
Počet účastníků:	15
Cíl setkání:	Seznámení se s technikami na snižování stresu – wellbeing učitelů, sdílení dobré praxe, nápadů a inspirací jak na psychohygienu.

Program:

- Úvod k wellbeingu a psychohygieně;
- Seznámení se s technikami na snižování stresu;
- Seznámení s technikami psychohygieny;
- Společná diskuze a sdílení zkušeností účastníků akce – co jsem zkoušel/a a jak to fungovalo.

Přihlášení:

Na setkání je potřeba se **přihlásit** nejpozději **do 6. 11. 2024** [ZDE](#)

Počet míst je omezený na 15 účastníků. V případě velkého zájmu si vyhrajujeme právo, sdělit Vám, že účastnit se může jenom jeden pedagog z jedné ZŠ, abychom pokryli co nejvíce ZŠ v regionu.

Kontaktní osoba: Mgr. Lenka Ehlerová, ehlerova@hornipomoravi.eu, tel: 607 242 186

Na setkání s Vámi se těší projektový tým

Tento projekt je spolufinancován Evropskou unií a státním rozpočtem ČR