Sluňákov

pro pedagogy ZŠ, SŠ, lektory, další vzdělavatele
a zájemce o téma

CHYTNI BALANC



13.DUBNA 2027, 9:15 - 16:15

Současná doba i generace žáků kladou na pedagogy velké nároky.

Workshop nabídne prostor pro zastavení, uvědomění a načerpání nových sil.

Dozvíte se, jak:

- posílit vnitřní stabilitu a odolnost vůči stresu,
- vnímat tělo jako zdroj energie a rovnováhy,
- přinášet do výuky více klidu a bezpečí,
- rozvíjet všímavost a vědomé prožívání.

Workshop vychází z principu „Tělo je příroda“ a propojuje práci s tělem, emocemi i přírodním prostředím.

Lektor: Tomáš Hawel

Místo konání: Sluňákov, Skrbeňská 669/70, Horka nad Moravou

Přihláška: www.slunakov.cz/seminare

Cena: 600 Kč

Kontakt: pavlina.vrbova@slunakov.cz, 585 154 882

