

Duševní hygiena pěstounů aneb jak zvládat zátěž a stres

Rubriky:

- [Klub Sisi Varnsdorf](#) [1]

Zveme vás na vzdělávací setkání Klubu náhradních rodin SiSi Varnsdorf s vynikajícím lektorem Bc. Pavlem Kalpakcisé, který je skvělý řečník, výborný speciální pedagog, psychoterapeut a etoped a jistě vám rád opět poutavým zajímavým způsobem podá problematiku náhradní rodinné péče. Více o lektorovi: www.poradna-psychoterapie.eu [2]

Téma setkání je: Duševní hygiena pěstounů (aneb jak zvládat zátěž a stres)

Lektor: Bc. Pavel Kalpakcis

Datum: pátek 28/4/2017 od 15-18h.

Místo: ZŠ a MŠ, Bratislavská 994, Varnsdorf (u školy je parking)

Hlídní dětí zajištěno. Prosíme o nahlášení se na kurz, hlavně sdělení dětí na hlídání, předem. Děkujeme.

Klienti NRUK mají kurz zdarma. Ostatní hradí účastnický poplatek ve výši 350,- Kč/osobu nebo 700,-Kč/rodinu (dospělí i děti).

Anotace kurzu:

Být pěstounem či rodičem je bráno jako jeden z největších náporů na lidskou psychiku. Ode dne kdy pečujeme o dítě, dojde k obrovskému nárůstu odpovědnosti, který má za následek stresové působení na naši psychiku. Kde brát, abychom tento stres byli schopni zvládat? Nedílnou součástí výchovy dítěte je také „umění“ ošetřit sám sebe. Najít si čas, abych také já sám obnovil a načerpal nové síly. Jaké jsou příznaky stresu a nepohody a co pomáhá, abych je co nejvíce eliminoval? Toto vše bude tématem semináře, kterým vás provede Bc. Pavel Kalpakcis – speciální pedagog, psychoterapeut

Datum: 2017-04-28 15:00:00 - 2017-04-28 18:00:00

Příloha

Velikost



[pozvanka_varnsdorf_2017_04_28.pdf](#) [3]

84.21 KB



[anotace_2017_04_28_varnsdorf.pdf](#) [4]

126.83 KB

URL zdroje (upraveno 13/03/2017 - 13:04):

<http://www.nruk.cz/old/content/dusevni-hygiena-pestounu-aneb-jak-zvladat-zatez-stres>

Odkazy

[1] <http://www.nruk.cz/old/category/rubriky/klub-sisi-varnsdorf>

[2] <http://www.poradna-psychoterapie.eu>

[3] http://www.nruk.cz/old/sites/default/files/pozvanka_varnsdorf_2017_04_28.pdf

[4] http://www.nruk.cz/old/sites/default/files/anotace_2017_04_28_varnsdorf.pdf