

Jules a Jim z.ú. pořádá otevřený kurz pro pedagogy na téma:

# Mindfulness ve škole

**16. 1. 2024 nebo 23. 1. 2024\***  
**9:00 – 16:00**

**\*na výběr ze dvou termínů**

vč. pauzy na oběd, který není v ceně kurzu

**Krkonošská 1534/6, Praha 2 Vinohrady**



Šimon Grimmich je učitel meditace a mindfulness s více než 20 lety praxe. Pomocí mindfulness pomáhá dospělým a dětem zvládat náročné situace ve škole i v osobním životě.

Získejte jednoduché nástroje pro

- podporu duševního zdraví dětí
- zvládnutí stresu a náročných situací
- podporu zdravého vývoje pozornosti u dětí



## Obsah kurzu:

- metody mindfulness pro školy
- vliv mindfulness na duševní zdraví
- mindfulness jako prevence syndromu vyhoření
- jak pracovat se stresem a pozorností

## Co získáte:

- techniky pro rozvoj emoční inteligence dětí
- techniky pro práci s pozorností
- techniky pro zvládnutí stresu

**Cena: 1250 Kč/osoba**

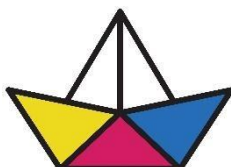
**Závazně se přihlašujte přes odkaz [ZDE](#).**

Za jednu školu mohou být přihlášení max. 3 účastníci (při nenaplnění kapacity možné po domluvě navýšit.).

další info na e-mailu [zastupce@julesajim.cz](mailto:zastupce@julesajim.cz)  
nebo na tel. čísle: 604 241 549

O zařazení do kurzu rozhoduje pořadí přijaté přihlášky.

**Neváhejte a přihlaste se ještě dnes, počet míst je omezen!**



**jules a jim**