

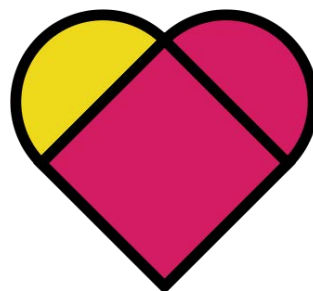
Jules a Jim z.ú. pořádá pro pedagogy ZŠ a SŠ za přispění HMP v rámci Cyklu vzdělávání kurz s názvem:

# Mindfulness ve škole

**30. 4. 2024**  
**9:00 – 16:00**

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
- zvládnání 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 zvládnání stresu

**Cena: jen 1 000 Kč/osoba\* díky příspěvku HMP**

\* pro mimopražské účastníky je cena 1700 Kč /osoba

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

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

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

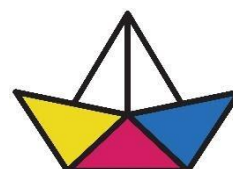
O zařazení do kurzu rozhoduje pořadí přijaté přihlášky.

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



HLAVNÍ MĚSTO PRAHA  
MAGISTRÁT HLAVNÍHO MĚSTA PRAHY

Odbor sociálních věcí  
Oddělení prevence



**jules a jim**