

# BIOSYNTÉZA PRO ZDRAVOTNÍKY PRO ZÁJEMCE Z ŘAD ODBORNÉ VEŘEJNOSTI

**TERMÍN: 14.-15. 11. 2024 | CENA: 4.900 Kč**

Ve zdravotnických profesích je nezbytné mít vysokou míru empatie, schopnost naslouchat a porozumět potřebám druhých. Jak se zamýšlíte nad tím, jak dobře vnímáte a reflektujete své vlastní potřeby? Zažíváte často únavu, nespokojenost nebo přemíru aktivity? Umíte regenerovat a odpočívat? Cítíte radost, spokojenost a dobré naladění, nebo převládá úzkost, frustrace a tlak neustálých povinností? Nabízíme vám dvoudenní workshop s biosyntézou. Během našeho setkání se budeme věnovat prevencí syndromu vyhoření, regeneraci a vnímání přítomného okamžiku s využitím různých forem odpočinku.

Náš program zahrnuje edukaci, příklady dobré praxe a prožitkovou práci. Součástí workshopu je i práce s tělem prostřednictvím protažení a vnímání částí těla (prvky jing jógy), trénink vybraných technik mindfullnes a dechová cvičení. Seznámíte se s některými praktickými intervencemi, které mohou být inspirací pro Váš osobní nebo pracovní život.

## Kurz je určen:

- zdravotním sestřám/bratrům
- zdravotnímu personálu.

## LEKTOŘI:

**MARTINA CHMELOVÁ  
SVATAVA DRLÍČKOVÁ**



ČESKÝ  
INSTITUT  
BIOSYNTÉZY

Český institut biosyntézy je Evropským certifikovaným psychoterapeutickým vzdělávacím institutem (EAPTI - European Accredited Psychotherapy Training Institute) akreditovaný Evropskou asociací pro psychoterapii (EAP).

