

ZASE DOBŘE

s Vysokou školou
aplikované
psychologie

VYSOKÁ ŠKOLA
APLIKOVANÉ
PSYCHOLOGIE



RESTART - RELAX - RADOST

Také už se těšíte na možnost potkat se v bezpečných podmínkách a na čerstvém vzduchu? Na VŠAPs jsme pro vás připravili víkend plný zážitků, blízkých setkání, relaxace, povídání a sdílení, inspirace i radosti.

PRO KOHO?

Pro každého, kdo potřebuje osvěžit tělo, mysl i ducha.

PESTRÝ PROGRAM nejen s PEDAGOGY VŠAPs vám umožní zrelaxovat a setkat se s druhými i se sebou samým, získat novou energii do práce, nebo prostě do života.

KDY? 4. - 5. září 2021

KDE? VŠAPs, Akademická 409, Terezín

VSTUPNÉ 2.900 Kč
1.900 Kč - studenti a absolventi VŠAPs 1.000 Kč sleva

V ceně jsou 4 lehké coffee breaky.

V Terezíně je možnost parkování u školy, možnost stravování a ubytování, např. v hotelu Parkhotel v blízkosti školy.

PROGRAM

SOBOTA 4. ZÁŘÍ, 9:00 - 18:00

9:00 Ranní káva a setkání

Neformální setkání, povídání, naslouchání

9:30 Proč žijeme?

Inspirace, povzbuzení, útěcha s doc. ThDr. Patrikem Maturkaničem, PhD.

10:30 Jak jsme prožívali těžké období pandemické krize?

Diskuze s PhDr. Mgr. Štefanem Medzihorským nad výsledky výzkumů VŠAPs

11:00 Obrazy z mého života: Kde jsem a jak se mám?

Workshop Mgr. Ireny Konečné a Mgr. Aleny Jáchimové s obrázkovými kartami. Dozvíte se, kde jsou vaše zdroje, o kterých jste dosud nevěděli, nebo je nepoužívali v plném rozsahu

12:00 - 13:00 PŘESTÁVKA NA OBĚD

13:00 Všímavá procházka po Terezíně

Procházka s výkladem s licencovaným průvodcem Tereziína, Lukášem Lvem

15:00 Kolo vědomí se točí

Vedená relaxace s Mgr. Konečnou a Mgr. Jáchimovou na podložkách (usnutí povoleno!!)

16:00 Můj ZÁMĚR moje kotva

Workshop s Mgr. Konečnou a Mgr. Jáchimovou, na kterém si vizualizujete své „proč“, které působí jako magnet v dobrých časech a jako kotva v těch bouřlivých.

17:00 CVIČENÍ VENKU (v případě příznivého počasí)

18:00 závěr 1. dne

NEDĚLE 5. ZÁŘÍ, 9:00 - 16:00

9:00 Ranní káva a setkání

9:30 Duchem živ je člověk

Zamyšlení nad zvládáním náročných životních situací s doc. Maturkaničem

10:30 Nejen duchem živ je člověk

Beseda o zdraví, výživě a pohybu s PhDr. Michalem Svobodou, Ph.D.

12:00 - 13:00 PŘESTÁVKA NA OBĚD

13:00 Asertivitou k lepšímu životu

Workshop rektora VŠAPs, PhDr. Mgr. Štefana Medzihorského o tom, jak se prosadit a přitom respektovat druhé lidi

15:30 Závěrečné sdílení a rozloučení

Předpokládaný konec 16 hodin

*V průběhu celého víkendu budou mít účastníci možnost **individuálního psychologického a spirituálního poradenství.***