

Dvoudenní sebezkušenostní
výcvikové setkání pro pomáhající profese



Jak pečovat o sebe sama

PROTOŽE KDYŽ JSTE V POHODĚ VY,
MŮŽETE BÝT OPOROU PRO DRUHÉ.



NAČERPÁTE NOVOU
ENERGIÍ A INSPIRACI



POSÍLÍTE SVOU
PSYCHICKOU ODOLNOST



SETKÁTE SE S LIDMI,
KTERÍ VÁS CHÁPOU



29. – 30. 9. 2026



Juniorcamp Tobogán,
Nová Živohošť
(ubytování se účastníci
hradí sami v areálu za
zvýhodněné ceny)



CENA:
3 450,- Kč

Pro koho je setkání určeno

Pro pracovníky v pomáhajících profesích, kteří chtějí na chvíli vystoupit z každodenního pracovního tempa a věnovat čas sami sobě, **posílit svou psychickou odolnost a vnitřní stabilitu**, sdílet zkušenosti v bezpečném kolektivu, **rozvíjet sebepoznání**, seberflexi a **vědomou péči o vlastní duševní hygienu**.

Co budete potřebovat?

Pohodlné sportovní a tentokrát trochu víc „táborové“ oblečení, pevnou obuv do terénu (a kdo potřebuje do vody), plavky a opalovací krém, případně teplejší vrstvu na večerní pobyt venku u táboráku a hlavně skvělou náladu.

Na co se můžete těšit?

- ✓ sebezkušenostní a zážitkové aktivity
- ✓ pobyt v přírodě a relaxační techniky
- ✓ inspirativní prostředí a sdílení
- ✓ prevence vyhoření a podpora duševního zdraví
- ✓ prostor jen pro vás

Dopřejte si dva dny jen pro sebe.

Zpomalte, nadechněte se
a vraťte se k tomu,
co je pro vás opravdu důležité.



Akce je akreditovaná Ministerstvem práce a sociálních věcí 8 hodin.
Číslo akreditace: 2023/0780 – SP/PC/VP, účastník obdrží platné osvědčení.

Investice do vás,
která dává smysl.

PŘIHLAŠTE SE
A ZAŽIJTE
ZMĚNU!



KOMPLETNÍ
VZDĚLÁVACÍ
SERVIS

PRO ZDRAVOTNÍKY A PEČOVATELE



www.kvsakce.cz