



ČESKÁ LÉKAŘSKÁ KOMORA, ODD. VZDĚLÁVÁNÍ,

Drahobejlova 27, 190 00 Praha 9, tel.: 234 760 710, e – mail: vzdelavani@clkcr.cz, www.lkcr.cz

POZVÁNKA

Tematické workshopy – jedná se o interaktivní akce (je vhodné mít zapnutou kameru a mikrofon)

O programu:

Představení a úvod do mindfulness prostřednictvím benefitů, které mindfulness nabízí těm, kdo ji praktikují. Workshopy jsou hodné pro nováčky v tématu, případně pro všechny, kdo si chtějí mindfulness připomenout a využít vedená cvičení pro vědomé zastavení v rychlých dnech.

Délka: 3 hodiny, 19.00 – 21.15 hod.

Počet kreditů: 3

Max. počet osob ve skupině: 20

Účastnický poplatek: 600 Kč

Číslo účtu: 19-1083620217/0100, variabilní symbol je číslo akce (bez lomítka)

Odborný garant: MUDr. Marcela Křížová

Lektor: Ing. Marcela Klauzová Roflíková, MBA

(certifikát lektorky k vedení programu MBSR - [qualification-mbsr11.pdf](https://www.mindfulness-institut.cz/qualification-mbsr11.pdf) (mindfulness-institut.cz).

Na jednotlivé workshopy je možné si přihlašovat samostatně, účast na všech není nutná.

107/24 Jak zklidnit mysl a redukovat stres

10. 9. 2024 - úterý

Přihláška: [Vzdělávání / Kurzy ČLK - Česká lékařská komora \(lkcr.cz\)](#)

108/24 Jak se lépe soustředit

17. 9. 2024 - úterý

Přihláška: [Vzdělávání / Kurzy ČLK - Česká lékařská komora \(lkcr.cz\)](#)

109/24 Jak zklidnit mysl a redukovat stres

4. 12. 2024 - středa

Přihláška: [Vzdělávání / Kurzy ČLK - Česká lékařská komora \(lkcr.cz\)](#)

110/24 Sebe-laskavost a sebe-soucinnost v lékařské profesi

11. 12. 2024 - středa

Přihláška: [Vzdělávání / Kurzy ČLK - Česká lékařská komora \(lkcr.cz\)](#)

Odborná vzdělávací akce je pořádána v rámci celoživotního vzdělávání lékařů dle SP č. 16.