



Kako pobijediti stres?

Radionica za stručnjake - Program

Zagreb, 29.12.2021. s početkom u 10 sati
Virtualno putem platforme 8x8, Jitsi Meet

Moderator: Jasna Lesički



Ilica 83, Zagreb,
HR-10 000



(01) 353-5995



podrska@drustvo-
podrska.hr



drustvo-podrska.hr

Izlaganja i vježbe:

Ana Keglović Horvat •

Kako prevenirati profesionalno sagorijevanje i uspješno se nositi sa stresom

Rasprava

U okviru projekta „Budimo podrška jedni drugima” Društvo za socijalnu podršku organizira radionicu pod nazivom „Kako pobijediti stres?” Glavna i ciljana skupina projekta su stručnjaci domova za starije i nemoćne te stručnjaci zaposleni u ustanovama koje skrbe za osobe s invaliditetom s posebnim naglaskom na razdoblje rada s ranjivim skupinama u vrijeme postojeće pandemije.

Cilj održavanja edukativne radionice za stručnjake je razvijanje osobnih i stručnih kompetencija s ciljem sprečavanja profesionalnog sagorijevanja, razvijanje svijesti kontrole te odgovarajućih reakcija na stres, osvještavanje vlastitih granica i prepoznavanje emocija.

Projekt „Budimo podrška jedni drugima” financiran je od strane Grada Zagreba putem Gradskog ureda za zdravstvo.

