

21. 5. 2025 / 9.00–11.00

Když emoce bouří: Jak pracovat s vlastním vztekem

Krajský úřad Jihlava, budova D 2. patro,
Žižkova 1882/57, Jihlava + on-line

Lektor: **Mgr. Zdeňka Beránková Juchelková**



Vztek je přirozená emoce, ale může být náročné ho zvládnout. Naučte se porozumět jeho příčinám, rozpoznat varovné signály a získat praktické strategie, jak ho mít pod kontrolou. Seminář nabízí jednoduché techniky pro práci s emocemi a předcházení konfliktům v každodenních situacích.

Seminář je ZDARMA.

Registrace na vybraný seminář je možná následujícími způsoby:

- E–mailem: Zašlete jméno, příjmení, e-mail, telefonní číslo na e-mailovou adresu Berankova.Z@kr-vysocina.cz
- Telefonicky: zavolejte na číslo +420 704 980 846
- [Do kurzu vstupte zde.](#)

www.vysocinapecuje.cz

Upozorňujeme, že online výuka může být nahrávána a nahrávka bude sloužit výlučně pro doložení realizace kurzu dle požadavků MPSV.

Odesláním kontaktních údajů účastník kurzu ve smyslu obecného nařízení o ochraně osobních údajů (GDPR) tímto uděluje souhlas ke zpracování svých osobních údajů v rozsahu jméno, příjmení a kontaktní údaje, popř. videozáznam kurzu, Kraji Vysočina, IČO: 70890749, se sídlem Žižkova 1882/57, Jihlava pro účely kontaktování s nabídkami dalších kurzů nebo užitečných informací v oblasti neformálního pečování a dále za účelem plnění povinností kraje vůči poskytovateli dotace. Práva účastníka kurzu související se zpracováním osobních údajů za uvedeným účelem jsou podrobněji popsána na <https://www.kr-vysocina.cz/formulare/ds-304368/p1=105414.Z>



Spolufinancováno
Evropskou unií

