

DEN DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ PRO VŠECHNY

HARMONOGRAM

9:00 – 9:15	Zahájení akce	Atrium RB
-------------	---------------	-----------

Studenti (CZ)

9:15 – 10:15	První psychologická pomoc (přednáška)	RB 101
10:25 – 11:25	Emoce a Já (přednáška)	RB 101
15:00 – 16:00	Jak zvládat náročné životní situace (workshop)	RB 206
16:15 – 17:45	Mindfulness (workshop)	NB 177 A
18:00 – 19:00	Krizové dovednosti (workshop)	RB 109

Students (ENG)

11:30 – 12:30	First psychological aid (lecture)	RB 101
9:15 – 10:15	How to cope with difficult life situations (workshop)	RB 112
15:00 – 16:00	Anxiety (lecture)	NB A
18:00 – 19:00	Emotional literacy/fitness (workshop)	RB 213

Zaměstnanci

9:15 – 13:15	Kurz první pomoci (workshop pro předem registrované)	
12:45 – 13:45	Krizové dovednosti (workshop)	RB 109
14:00 – 15:00	Emoční gramotnost (workshop)	RB 109
12:45 – 13:45	KPZ duševních poruch a poruch chování (přednáška)	NB A
13:50 – 14:50	První psychologická pomoc (přednáška)	NB A

DEN DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ PRO VŠECHNY

HARMONOGRAM DLE UČEBEN

RB 101

- 9:15 – 10:15 První psychologická pomoc (přednáška pro studenty)
10:25 – 11:25 Emoce a Já (přednáška pro studenty)
11:30 – 12:30 First psychological aid (lecture for students)

NB A

- 12:45 – 13:45 KPZ duševních poruch a poruch chování (přednáška pro zaměstnance)
13:50 – 14:50 První psychologická pomoc (přednáška pro zaměstnance)
15:00 – 16:00 Anxiety (lecture for students)

RB 109

- 12:45 – 13:45 Krizové dovednosti (workshop pro zaměstnance)
14:00 – 15:00 Emoční gramotnost (workshop pro zaměstnance)
18:00 – 19:00 Krizové dovednosti (workshop pro studenty)

RB 112

- 9:15 – 10:15 How to cope with difficult life situations (workshop for students)

RB 206

- 15:00 – 16:00 Jak zvládat náročné životní situace (workshop pro studenty)

RB 213

- 18:00 – 19:00 Emotional literacy/fitness (workshop for students)

NB 177 A

- 16:15 – 17:45 Mindfulness (workshop pro studenty)

MENTAL HEALTH DAY FOR EVERYONE

HARMONOGRAM

9:15 – 10:15	How to cope with difficult life situations (workshop)	RB 112
11:30 – 12:30	First psychological aid (lecture)	RB 101
15:00 – 16:00	Anxiety (lecture)	NB A
18:00 – 19:00	Emotional literacy/fitness (workshop)	RB 213