



TERMÍN a MÍSTO	KURZ	LEKTOR	REAKCE ÚČASTNÍKŮ
24. 10. 2017 MÚ Kopřivnice	PRACUJTE ZDRAVĚ Informace, jak chránit zdraví při práci, pokud často sedíte, nebo i chodíte. Workshop je zaměřen na představení aktivních i pasivních způsobů relaxace vašeho svalstva v oblasti páteře, ramen, krku, předloktí aj. Jaké vlivy má sedavé zaměstnání na zdraví člověka, jaké jsou trendy v oblasti ergonomie pracovního místa. Praktická cvičení.	Mgr. Tomáš Mixa Mgr. Pavel Mráz	„Přínosný pro pedagogy, ředitele - jak sedět, cviky oční + na záda VÝBORNÉ.“ „Lektoři oba velmi dobří, vzájemně se doplňovali, praxe + teorie + příklady, zkušenosti ze života.“ „Pro školství + relaxaci velmi přínosné.“ „Téma tohoto semináře zvoleno velmi dobře, zase něco jiného - nejen praktické vzdělávání odborné pro pedagogy.“

