

DENNÉ CENTRUM DUŠEVNÉHO ZDRAVIA

PRAEMIUM – PERMANSIO s.r.o. Košice

si Vás dovoľuje pozvať na vzdelávaciu aktivitu prezenčne aj online
akreditovanú

Slovenskou komorou psychológov

Techniky arteterapie a námety pre výtvarnú stimuláciu pre podporu zdravia v oblasti pomáhajúcich profesionálov, kombinácia mindfulness a arteterapie

Seminár sa zameriava na podporu zdravia odborníkov v pomáhajúcich profesiách prostredníctvom kombinácie arteterapie a mindfulness. Účastníci sa naučia techniky na zlepšenie duševnej pohody, zvládanie stresu a rozvoj sebauvedomenia s praktickým využitím pri práci s klientom.

Termín konania : 22.5.2025

Čas : 08:00 - 16:30

Miesto konania: PRAEMIUM-PERMANSIO s.r.o., Spišské námestie 4, Košice

Usporiadateľ: PRAEMIUM-PERMANSIO s.r.o., Spišské námestie 4, Košice

Odborný garant: **PhDr. Monika Piliarová, PhD**

Suma za vzdelávaciu aktivitu pre jedného účastníka je 70,00 €



PhDr. Monika Piliarová, PhD.

je klinická psychologička, psychoterapeutka, arteterapeutka a supervízorka s rozsiahlymi odbornými skúsenosťami v oblasti duševného zdravia. Absolvovala špecializačné atestácie z klinickej psychológie, psychoterapie a dopravnej psychológie na Slovenskej zdravotníckej univerzite v Bratislave. Svoje vzdelanie doplnila v behaviorálnej terapii na ABC inštitúte a v fenomenologickej a dynamickej terapii v rámci skupinového výcviku Lege artis.

Je držiteľkou certifikátu zo sociálneho poradenstva a absolvovala trojročný výcvik supervízie na ODYSEA Praha. Získala tiež akreditované dvojročné vzdelanie v arteterapii na Terra Therapeutica v Bratislave a v rokoch 2017-2019 sa ďalej špecializovala v arteterapii pod vedením Beate Albrich.

Od roku 2002 je riaditeľkou a zakladateľkou Denného centra duševného zdravia PRAEMIUM-PERMANSIO s.r.o. a Rehabilitačného strediska Facilitas n.o., kde sa venuje komplexnej starostlivosti o pacientov v oblasti duševného zdravia a rehabilitácie

Zážitkový blok ponúka praktické cvičenia, ktoré kombinujú techniky arteterapie a mindfulness pre podporu zdravia pomáhajúcich profesionálov. Účastníci si vyskúšajú tvorivé aktivity, ktoré im umožnia lepšie zvládať stres, rozvíjať sebauvedomenie a podporiť vnútornú rovnováhu. Každá aktivita bude prepojená s mindfulness, čím sa podporí sústredenie na prítomný okamih a vnútorný pokoj.

PRAEMIUM-PERMANSIO s.r.o., Spišské námestie 4, 040 12 Košice, permansio@gmail.com,
kontakty: 0907933214, 0918579088,

DENNÉ CENTRUM DUŠEVNÉHO ZDRAVIA

PRAEMIUM – PERMANSIO s.r.o. Košice

Teoretický blok predstaví základy arteterapie a mindfulness, vysvetlí ich účinky na duševné zdravie a prepojenie s prácou v pomáhajúcich profesiách. Účastníci sa oboznámia s technikami na rozvoj emocionálnej inteligencie, zvládanie stresu a aplikáciu týchto metód v každodennej praxi, čím podporia svoje duševné zdravie a predídu vyhoreniu.

Ciele osobných arteterapeutických aktivít Vám ponúkajú možnosť:

- Poskytnúť odborníkom v pomáhajúcich profesiách nástroje na zlepšenie duševnej pohody.
- Pomôcť zvládať stres a napätie v profesionálnom a osobnom živote.
- Podporiť rozvoj sebauvedomenia a emocionálnej rovnováhy.
- Integrovať techniky arteterapie a mindfulness do praxe odborníkov v pomáhajúcich profesiách.



Kde nás nájdete?

PRAEMIUM-PERMANSIO s.r.o.,

Spišské námestie 4, 040 12 Košice

V priestoroch Polikliniky nad Jazerom Košice

2. poschodie

Viac informácií : 0907033214, 0918579088,

permansio@gmail.com,

www.facilitas.sk,



facilitas fb

Ako sa k nám dostanete?

Autom, bezplatné parkovanie pri zadnom vchode Polikliniky nad Jazerom.

Autobusom č. 19 zo Staničného námestia na zastávku Levočská.

Električkou č. 3 zo Staničného námestia na zastávku Levočská.

Zo zastávky Levočská smerom k Poliklinike nad Jazerom pešo 5 minút.

Počas vzdelávacej aktivity je zabezpečené káva, čaj, drobné občerstvenie. K dispozícii je varná kanvica, mikrovlnka, chladnička, poháre. Obed nie je v cene workshopu. Počas prestávky môžete využiť služby predajní potravín a reštauráciu v blízkosti Polikliniky nad Jazerom, pešo približne 3 minúty. Materiál je plne k dispozícii a je v cene účastníckeho poplatku.

Účastník vzdelávacej aktivity dostane osvedčenie o jeho absolvovaní s uvedeným počtom hodín. V prípade členstva v SKP potvrdenie o pridelených kreditoch.

Viac informácií poskytne koordinátor workshopu : Mgr. Erika Martínková 0918579088

DENNÉ CENTRUM DUŠEVNÉHO ZDRAVIA

PRAEMIUM – PERMANSIO s.r.o. Košice

Program: Techniky arteterapie a námety pre výtvarnú stimuláciu pre podporu zdravia v oblasti pomáhajúcich profesionálov, kombinácia mindfulness a arteterapie

08:00 – 09:30 **Arteterapia a mindfulness: Teoretické východiská pre podporu duševného zdravia pomáhajúcich profesionálov**

09:30 – 11:30 1. Technika: **Hranice - kruh - bezpečie**

11:30 - 12:00 Rekapitulácia techniky č.1

12:00 – 12:30 Obedová prestávka

12:30 - 14:00 2. Technika - **Nemusíme kráčať sami - práca s hlinou**

14:00 - 14:30 Teoretický podklad a rekapitulácia techniky č.2

14:30 – 16:00 3. Technika - **Autoportrét- koláž**

16:00 – 16:30 Teoretický podklad a rekapitulácia techniky č. 3

Informácie o platbe:

Suma za vzdelávaciu aktivitu pre jedného účastníka je 70,00 €

Prihlásiť sa je potrebné na [PRIHLASOVACOM FORMULÁRI](#)

Po prihlásení príde spätná odpoveď o zaregistrovaní a informácie o platbe.

Účastnícky poplatok je potrebné uhradiť bankovým prevodom.

Až po uhradení účastníckeho poplatku sa Vaša prihláška považuje za záväznú.

- Názov účtu: PRAEMIUM-PERMANSIO s.r.o. Košice
- Číslo účtu: 2622716643/1100
- Banka: TATRA BANKA a.s.
- Variabilný symbol: 2025
- SWIFT: TATRSKBX
- Účel platby: meno, priezvisko, adresa účastníka
- IBAN: SK7711000000002622716643
- Správa pre príjemcu : MINDFULNESS