

Certyfikat

Pan/Pani

wziął/wzięła udział w warsztatach online dla nauczycieli

„Zachowaj energię na dobry rok”

przygotowanych przez **Nową Erę**



Energia ciała. Zatrzymaj się.

Jak rozpoznawać sygnały zmęczenia i odzyskiwać energię w szkolnej codzienności?
Prowadząca: **dr Ewa Jarczewska-Gerc**, psycholożka społeczna i trenerka biznesu



Energia głowy. Odpuść.

Jak radzić sobie z przeciążeniem i pozwolić sobie na odpoczynek bez poczucia winy?
Prowadząca: **dr Anna Hryniewicz**, psycholożka i psychotraumatolożka



Energia serca. Przypomnij sobie, dlaczego.

Jak zachować radość z uczenia i poczucie sensu swojej pracy?
Prowadząca: **Ewa Drobek**, nauczycielka i mentorka

Data wydarzenia: 8 października 2026 roku

Czas trwania: 2 godziny lekcyjne

Formuła: warsztaty online z częścią praktyczną

Piotr Bogusz

Dyrektor Biznesu
Segment Szkoła Podstawowa