

Sekce 60+ Skip ČR – Výroční zpráva

Sekce 60+ SKIP ČR se sešla za rok 2023 2x online a jednou v NK v Praze. Celý rok pracuje na aktualizaci metodiky Knihovna přátelská seniorům, která by elektronicky měla vyjít v roce 2023.

V květnu 2022 se konal seminář pro slovenské kolegyně a kolegy 26. 5. 2022 Knihovna přátelská k seniorům v Krajské knihovně P.O. Hviezdoslava v Prešově

SEMINÁR PRE KNIHOVNÍKOV PREŠOVSKÉHO A KOŠICKÉHO KRAJA

KNIŽNICA PRIATEĽSKÁ K SENIOROM (prezentácia činnosti českých knižníc)

Lektorka: Mgr. Iveta Novotná, Městská knihovna Chrudim

26. 5. 2022 (štvrtok) o 13:00 hod.

Krajská knižnica P. O. Hviezdoslava v Prešove, Hlavná 139, 2. poschodie

Na seminár sa, prosím, prihláste
cez elektronický formulár, ktorý
nájdete na našej webovej stránke.



www.kniznica-poh.sk



Seminář Psychohygiena - Stres a možnosti jeho zvládnání.

22. 9. 2022 Národní pedagogická knihovna J. A. Komenského v Praze

Interaktivní seminář byl zaměřený na možnosti zvládnání stresu na pracovišti i mimo něj.

Účastníce semináře se seznámily:

- s průběhem stresové reakce v akutní a chronické zátěži
- s individuálními příznaky a důsledky stresu
- se stresující faktory na pracovišti i mimo něj s cílem eliminace nebo omezení jejich účinku
- s nad souvislostmi mezi osobnostními vlastnostmi a způsobem reakce na zátěž
- prakticky si osvojily vybrané antistresové techniky a postupy

Lektorka: PhDr. Jaroslava Dosedlová, Ph.D., Psychologický ústav FF MU v Brně



Vypracovala:

Mgr. Iveta Novotná

Předsedkyně Sekce 60+

Městská knihovna Chrudim