



AESCULAP  
AKADEMIE



SCIENTIFIC DIALOG



DIGITAL DIALOG

VÝZNAM NADĚJE PRO ZVLÁDÁNÍ STRESU  
A UDRŽENÍ DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ:  
PRAKTICKÁ DOPORUČENÍ A INTERVENČE  
Webinář

29. březen 2022 | 14:00 - 15:30 | MS Teams



## ÚVODNÍ SLOVO

Naděje je klíčová pro udržení duševního zdraví a psychické odolnosti v náročných životních obdobích. Na tomto webinaru stručně představíme podoby a zdroje naděje a její souvislosti s duševním i tělesným zdravím. Budeme hovořit nejen o tom, co říkají o naději vědecké výzkumy, ale zaměříme se především na praktická doporučení pro posílení naděje. Představíme si konkrétní strategie a metody pozitivní psychologie, které nám mohou pomoci ubránit se úzkosti, nepohodě a beznaději, a významně podpořit vlastní duševní zdraví a psychickou pohodu. Zmíníme také možnosti zvyšování naděje u klientů a pacientů.

doc. PhDr. Alena Slezáčková, Ph.D.  
lektor kurzu

Alena Slezáčková je docentkou psychologie v Ústavu psychologie a psychosomatiky Lékařské fakulty Masarykovy univerzity v Brně. Ve své výzkumné činnosti se zaměřuje primárně na témata duševního zdraví, psychické odolnosti a životní spokojenosti. Je zakladatelkou a vedoucí Centra pozitivní psychologie v ČR, členkou vedení Mezinárodní asociace pozitivní psychologie IPPA, zástupkyní pro Českou republiku v Evropské společnosti pozitivní psychologie ENPP a vedoucí sekce Pozitivní psychologie při Českomoravské psychologické společnosti ČMPS. Je autorkou monografie o pozitivní psychologii a řady vědeckých a populárních publikací z oblasti pozitivní psychologie a psychologie zdraví. Věnuje se také přednáškové a lektorské činnosti se zaměřením na zvládání stresu, duševní hygienu, relaxační techniky, a další témata.

# INFORMACE

## TERMÍN:

29. březen 2022 (14:00 - 15:30)

## REGISTRAČNÍ POPLATEK:

200 Kč/osoba

Registrační poplatek je splatný před kurzem dle pokynů zaslanych každému přihlášenému do e-mailu.

## ON-LINE PLATFORMA:

MS Teams

Pozvánka a odkaz k připojení přijde všem přihlášeným do e-mailu, který zadají při registraci. Pozvánka bude odeslána nejpozději jeden pracovní den před zahájením webináře.

## URČENO PRO:

lékaře i nelékařský zdravotnický personál

## KONTAKT:

Aesculap Akademie, B. Braun Medical s.r.o.

V Parku 2335/20, 148 00 Praha 4, Česká republika

Tel. +420-271 091 666, Fax +420-271 091 652

aesculap-akademie.cz@bbraun.com

www.aesculap-akademie.cz

On-line přihlášku naleznete na [www.aesculap-akademie.cz](http://www.aesculap-akademie.cz)

Vzdělávací akce se koná pod záštitou České asociace sester.

Jsme součástí světové vzdělávací instituce Skupiny B. Braun. Koncern B. Braun patří k největším výrobcům zdravotnických produktů na světě. Díky konstruktivnímu dialogu se zdravotníky vyvíjíme stále kvalitněji a bezpečnější výrobky a služby.

## DIALOG - DEDICATED TO LIFE

Kurzy Aesculap Akademie se vyznačují prvotřídní kvalitou a jsou akreditovány příslušnými lékařskými společnostmi a mezinárodními lékařskými organizacemi.

Pořádáme semináře, konference a workshopy pro lékaře, nelékařské zdravotnické obory a zdravotnický management. Vědecká rada pak zaručuje důkladnou volbu řečníků a výběr témat.

Vědecká rada Aesculap Akademie

Česká republika 2021 - 2023

prof. MUDr. Miloš Brodák, Ph.D.  
prof. MUDr. Radek Hart, Ph.D., FRCS, MHA  
prof. MUDr. Jan Štulík, CSc.  
prof. MUDr. Vladimír Tesař, DrSc., MBA,  
FERA, FASN  
doc. MUDr. Martin Balík, Ph.D., EDIC  
doc. MUDr. Eva Kieslichová, Ph.D.  
doc. MUDr. Eva Klásková, Ph.D., MHA  
doc. MUDr. Pavel Kohout, Ph.D.  
doc. MUDr. Radim Lipina, Ph.D.

doc. MUDr. Petr Němec, CSc., MBA  
doc. MUDr. Jiří Páral, Ph.D., MBA, FICS  
doc. MUDr. Tomáš Tomáš, Ph.D.  
doc. MUDr. Vít Weinberger, Ph.D.  
MUDr. Josef Kroupa, Ph.D.  
MUDr. Ondřej Myslivec  
MUDr. Petr Smejkal  
PharmDr. Jitka Rychlíčková, Ph.D., BCPS  
Ing. Ondřej Audolenský  
Mgr. Kateřina Drlíková

### AESCULAP AKADEMIE

B. Braun Medical s.r.o.

V Parku 2335/20 | 148 00 Praha 4 | Česká republika

Tel. +420-271 091 666 | Fax +420-271 091 652

[aesculap-akademie.cz@bbraun.com](mailto:aesculap-akademie.cz@bbraun.com)

[www.aesculap-akademie.cz](http://www.aesculap-akademie.cz)

[www.facebook.com/AesculapAkademieCZSK](https://www.facebook.com/AesculapAkademieCZSK)

[www.linkedin.com/company/aesculap-academy](https://www.linkedin.com/company/aesculap-academy)

[www.youtube.com/channel/UCNYDlo\\_D7TEiyJYkgcGBbfA](https://www.youtube.com/channel/UCNYDlo_D7TEiyJYkgcGBbfA)

**B | BRAUN**  
SHARING EXPERTISE

