



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Zápis ze 3. jednání pracovní skupiny MAP III v území dopadu ORP Nové Město na Moravě

Název skupiny:	Pracovní skupina Volná
Den a místo jednání:	28. 2. 2023
Přítomní členové:	Mgr. Eva Kulková, Mgr. Veronika Augustýnová, Alena Pátková, Mgr. Pavlína Poláčková, Eva Poulová,
Omluvení členové:	Bc. Tomáš Pleva
Nepřítomní členové:	-
Den a místo následného jednání:	2. května 2023 v 15:30 v Kanceláři MAP NMnM

Program jednání:

1. *Přivítání*
2. *Otevřené setkání o psychohygieně a mindfulness s psychologem Jiřím Průžou*
3. *Náplň pracovních setkání*
4. *Stanovení termínu dalšího setkání*

Průběh jednání:

1. Garantka Eva Kulková přivítala všechny přítomné a společně s Kateřinou Kondýskovou přivítala Jiřího Františka Průžu, psychologa a specialistu na syndrom vyhoření a mindfulness.
2. Přednáška pana Průži probíhala ve dvou blocích a vždy byly popsány konkrétní případy z praxe a k nim potom navazoval komentář jak se případně podobné situaci vyhnout nebo jaké prostředky aplikovat. První hodina by byla zaměřena na otázky týkající se zátěže naší psychické kondice, dále na stres, emoce potřeby, hodnoty a normy společnosti. Druhá hodina by se zabývala syndromem vyhoření, jeho vznikem, příznaky a prevencí. V poslední hodině bychom nahlédli na sebereflexi a mindfulness, jako jednu z cest k vnitřnímu klidu a dobré psychické kondici. Nakonec byl prostor pro dotazy.



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



3. Členové pracovní skupiny navrhovali možnou náplň dalších setkání PS, padaly návrhy na témata minimalismus v domácnosti či chemie v potravinách. Tyto náměty budou dojednány na příštím setkání.
Členové pracovní skupiny také zahájili debatu o navazujícím projektu MAP IV a možných aktivitách, které se v tomto období budou realizovat. Hodnotili, na které aktivity z MAPu II by bylo možné navázat.
4. Termín dalšího setkání je stanoven na úterý 2. května 2023 v kanceláři MAP v Novém Městě na Moravě