

Kurz: Kultura Wellbeing ve studentském životě

Lector: Mgr. Alena Habrová, Sofii Berezka, Ph.D

Email: 362732@mail.muni.cz, berezka@kariera.muni.cz

Týden	Téma	Datum	Lektor	
			Berezka	Habrova
1)	Prezentace kurzu. Organizace výuky a workshopů	19.09.2023		+
2)	Úvod	26.09.2023		+
3)	Kognitivní wellbeing	03.10.2023	+	
4)	Duchovní wellbeing	10.10.2023		+
5)	Fyzický wellbeing	17.10.2023		+
6)	Emocionální wellbeing	24.10.2023	+	
7)	Mindfulness	31.10.2023		+
8)	Sociální wellbeing	07.11.2023	+	
9)	Kariérní rozvoj a seberealizace	14.11.2023	+	
10)	Work-balance	21.11.2023		+
11)	Finanční wellbeing	28.11.2023	+	
12)	Příjemné prostředí jako součást wellbeingu	05.12.2023		+
13)	Finální seminář	12.12. 023		+

Курс: **Культура wellbeing у студентському житті.**

Лектори: Mgr. Alena Habrová, Sofiia Berezka, Ph.D

Email: 362732@mail.muni.cz, berezka@kariera.muni.cz

Тиждень	Тема	Дата	Лектор	
			Berezka	Habrova
1)	Презентація курсу. Організація освітнього процесу.	19.09.2023	+	
2)	Вступ до курсу	26.09.2023	+	
3)	Когнітивний wellbeing	03.10.2023	+	
4)	Духовний wellbeing	10.10.2023		+
5)	Фізичний wellbeing	17.10.2023		+
6)	Емоційний wellbeing	24.10.2023	+	
7)	Mindfulness	31.10.2023		+
8)	Соціальний wellbeing	07.11.2023	+	
9)	Кар'єрний розвиток та самореалізація	14.11.2023	+	
10)	Work-balance	21.11.2023		+
11)	Фінансовий wellbeing	28.11.2023	+	
12)	Комфортне середовище як частина добробуту	05.12.2023		+
13)	Finální workshop	12.12. 023	+	