

# Kujawsko-Pomorskie Centrum Edukacji Nauczycieli w Bydgoszczy

<https://www.cen.bydgoszcz.pl/cen/trainings/30k2493,Wprowadzenie-do-mindfulness-czyli-elementy-treningu-uważności-dla-nauczycieli.html>  
05.05.2024, 09:49

edukacja przedszkolna i wczesnoszkolna

## Wprowadzenie do mindfulness, czyli elementy treningu uważności dla nauczycieli

Kategoria szkolenia Dla zespołów nauczycielskich

Warsztaty  
edukacja przedszkolna i wczesnoszkolna

Cena wg uzgodnień

Liczba godzin 3

Grupa docelowa nauczyciele wychowania przedszkolnego

Krystyna Karpińska  
krystyna.karpinska@cen.bydgoszcz.pl  
krystyna.karpinska@cen.bydgoszcz.pl  
52 349-31-50 w. 41 52 349-31-50 w. 41

## Program

- > Nauka skupiania i wyciszania
- > Rozwijanie uważności na zmysły
- > Plan wprowadzania zajęć uważności
- > Cechy nauczyciela uczącego uważności
- > Korzyści z zajęć mindfulness dla dzieci

## Weź udział w szkoleniu, zarejestruj się

Nie ma jeszcze ustalonych terminów szkolenia? Zarezerwuj miejsce.



Pracownia Edukacji Przedszkolnej i Wczesnoszkolnej

[Zarejestruj się](#)

