



Pedagoško društvo Vojvodine Novi Sad,
Petra Drapšina 8
(Zgrada Visoke škole strukovnih studija
za obrazovanje vaspitača)
Kontakt: 064/417- 44- 29
pedagogskodrustvovoj@gmail.com
www.pedagogskodrustvovojvodine.edu.rs

Delovodni broj 1-25/2022
26.11.2022.

Poziv za učešće na webinaru

“Upravljanje stresom”

Poštovana/i,

Pedagoško društvo Vojvodine vas poziva na webinar “Upravljanje stresom” koji će se održati u četvrtak 8.12.2022. godine, od 17 do 18.30 časova, preko Zoom-a. Autorka je Svetlana Prokić, diplomirani psiholog, geštalt psihoterapeut, trener nekoliko tehnika relaksacije.

O temi

Stres je neizbežni deo našeg života u savremenom svetu. Sa promenom sistema vrednosti poslednjih decenija, menjanja odnosa između vaspitača/učitelja/pedagoga i dece, zatim pandemija- zdravstveni rizik i izmenjeni uslovi rada, doveli su do mnogih izazova i povećanog stresa kod zaposlenih u vaspitno-obrazovnim ustanovama. Stres neizbežno utiče na mentalno i fizičko zdravlje, ali je važno naučiti kako upravljati njime kako bi posledice bile što blaže.

Sadržaj webinaru - o čemu će biti reči?

- ♦ Prićaćemo o tome šta se u našem telu događa kada doživljavamo stres
- ♦ Naučićete da prevenirate neželjene efekte stresa
- ♦ Naučićete nekoliko kratkih tehnika relaksacije koje ćete moći da koristite na bilo kom mestu kada osetite da vas stres preplavljuje
- ♦ Naučićete kako da menjate svoja uverenja i prihvatate neprijatnu realnost

Koji je cilj susreta?

Cilj ovog vebinara je bolje razumevanje i bolje savladavanje stresa u svakodnevnom, a pre svega profesionalnom životu.

Kome je vebinar namenjen?

Vebinar je namenjen svim radnicima u vaspitno- obrazovnim ustanovama, svima onima koji osećaju da je previše stresa u njihovom životu ili žele da preveniraju njegove posledice u budućnosti.

Ukratko o autorki

Autorka vebinara je Svetlana Prokić, diplomirani psiholog i geštalt psihoterapeut i medijator. Svetlana je osnivačica centra "[Psihobalans](#)". Supruga i mama. Živi i radi u Novom Sadu. Temom stresa bavi se više od 10 godina i trener je nekoliko tehnika duboke relaksacije. U svom radu kombinuje različite tehnike relaksacije sa psihološkim tehnikama. Kreator je programa "Restartuj se". Posebno je zainteresovana za vezu psihe i tela, psihosomatika je česta tema u njenom radu sa klijentima, a u poslednje vreme je posvećena istraživanju spoja psihologije i umetnosti. Najveći deo radnog vremena provodi u individualnom radu sa klijentima, ali je kontinuirano aktivna i u radu sa grupama, uglavnom putem projekata- kroz seminare, treninge, radionice.



Po završetku vebinara, učesnici će dobiti potvrdu za dva sata internog stručnog usavršavanja od Pedagoškog društva Vojvodine. Prijava učesnika je obavezna i vrši se na ovom [prijavnom formularu](#).

Rok za prijavu: utorak 6. decembar do 20h.

*Svi prijavljeni učesnici će ZOOM link za učešće dobiti dan pred događaj kako bi mogli da pristupe vebinaru.

**Kotizacija iznosi 1200 dinara za učesnike u Srbiji, odnosno,
14 EUR / 14 USD za učesnike iz inostranstva.**

INSTRUKCIJE ZA UPLATU

SRBIJA

1. Fizička lica

Svrha uplate: Vebinar "Upravljanje stresom"

Iznos za uplatu: 1200 din

Uplatilac: *Email/ Ime i prezime/ Adresa

Primalac: Pedagoško društvo Vojvodine, Novi Sad, Petra Drapšina 8

Račun primaoca: 340-2095-47

Poziv na broj: 00025

****Za članove Društva u kategoriji fizičko lice ili student važi popust od 50% i kotizacija po učesniku iznosi 600,00 din.***

2. Pravna lica

Na mejl adresu pedagogskodrustvovoj@gmail.com poslati podatke neophodne za pripremu predračuna: *ime i prezime učesnika, naziv institucije, članski broj (ukoliko je ustanova član Društva), adresa institucije i PIB/MB institucije.*

Svrha uplate: Vebinar "Upravljanje stresom"

Iznos za uplatu: 1200 din

Uplatilac: *Email/ Naziv i adresa ustanove/Ime i prezime uplatioca

Primalac: Pedagoško društvo Vojvodine, Novi Sad, Petra Drapšina 8

Račun primaoca: 340-2095-47

Poziv na broj: 00025

****Za zaposlena lica u ustanovi koja je član Društva važi popust od 20% i kotizacija po učesniku iznosi 960 din.***

INOSTRANSTVO

1. Fizička lica

Svrha uplate: Vebinar "Upravljanje stresom"

Iznos za uplatu: 14 eur/14 usd

Uplatilac: *Email/ Vaše ime i prezime/Adresa

Primalac: Pedagoško društvo Vojvodine, Novi Sad, Petra Drapšina 8

ERSTE BANK A.D. NOVI SAD, REPUBLIKA SRBIJA

SWIFT CODE: GIBARS22

IBAN RS3534000000000209547

Za uplate preko Pay Pal-a email adresa je pedagogskodrustvovoj@gmail.com

***Za članove Društva u kategoriji fizičko lice ili student važi popust od 50% i kotizacija po učesniku iznosi 7EUR/7 USD.*

2. Pravna lica

Svrha uplate: Vebinar "Upravljanje stresom"

Iznos za uplatu: 14 eur/14 usd

Uplatilac: *Email/ Naziv i adresa ustanove/

Ime i prezime, adresa uplatioca

PIB, MB / VAT number

Primalac: Pedagoško društvo Vojvodine, Novi Sad, Petra Drapšina 8

ERSTE BANK A.D. NOVI SAD, REPUBLIKA SRBIJA

SWIFT CODE: GIBARS22

IBAN RS35340000000000209547

Za uplate preko Pay Pal-a email adresa je pedagogskodrustvovoj@gmail.com

***Za zaposlena lica u ustanovi koja je član Društva važi popust od 20% i kotizacija po učesniku iznosi 12 EUR/ 12 USD (zaokružena cifra na ceo broj).*

**** Po evidentiranoj uplati kotizacije učesnici (**fizička lica**) će dobiti **konfirmacioni mejl i elektronski fiskalni račun**, na mejl adresu koja je naznačena u prijavi. **Fakture za pravna lica se registruju isključivo u sistemu eFaktura.***

NAPOMENA: Email je OBAVEZNO upisati radi potvrde prijema uplate i slanja linka za uključenje dan pred realizaciju događaja.

Radujemo se prilici za saradnju.

S poštovanjem,

Tim Pedagoškog društva Vojvodine

¹ Ukoliko želite da postanete član Društva ili da se pretplatite na stručni časopis "**Pedagoška stvarnost**", **pristupnicu** možete popuniti **[ovde](#)**, odnosno, **[ovde](#)** ukoliko ste iz inostranstva.