

## Отзывы слушателей

Очень довольна своим участием в конференции «Искусство жить без стресса». Огромное спасибо за эмоциональную встряску, «перезагрузку». Очень своевременно и актуально. То, что знала- повторила, многое открыла для себя. И это здорово!

Очень понравилось, как подавался раздел «Эмоциональное выгорание». Спасибо большое!

*Игнатьева Ольга Юрьевна. МАДОУ 283 г. Казань*

На тренинге я узнала, как можно преодолеть стресс самой и научить преодолевать его другим. Упражнения, которые помогут понять, насколько ценен человек его психическое и физическое здоровье.

Техники, направленные на ресурсы собственного организма, которые смогут прийти к нам на помощь. В целом что здоровый образ жизни человеку необходим, и он должен его придерживаться, чтобы прожить гармоничную и интересную жизнь.

*Лопатникова Екатерина Романовна, психолог детского сада 414*

Очень интересные лекторы, получила много полезной информации. Обязательно применю все тесты, которые сама прошла, на своих сотрудниках. Хотелось бы побольше таких тренингов. Огромное спасибо!

*Ярмиева Альбина Мухаматканифовна, инструктор по физическому воспитанию детского сада 337.*

Конференция «Искусство жить без стресса» прошла на высшем уровне! Действительно разложили всю информацию по полочкам и подали нам. И, стоит отметить, очень ценную информацию. Атмосфера царила прекрасная, живая, то, что нужно, и я очень довольна. Хочется сказать спасибо всем, кто сделал все возможное, для того, чтобы конференция получилось яркой, насыщенной и интересной! А главное – самим участникам данной конференции! Спасибо еще раз организаторам за возможность улучшить себя!

*Гарипова Алия Накифовна, председатель профкома МБДОУ "Детский сад №4 комбинированного вида" Приволжского района г. Казани*

Курсы очень нужные, познавательные, актуальные. Тренеры замечательные, позитивные, заряжают своей энергией. Большое спасибо за курс, за практику.

*Бугульма, РТ, Чернуха О.М., учитель начальных классов.*

Здравствуйте! Тренинги были для меня интересным и познавательным. Думаю, что для всех практика была полезна в той или иной мере. Вопрос в применении, считаю, что больше над этим нужно работать. Благодарю за ваш труд!

*Орешкина О. А. Воспитатель.*

Уважаемые коллеги, курсы «Искусство жить без стресса» на мой взгляд является содержательным курсом в проекте «Профсоюз - территория здоровья». Выражаем благодарность Масленниковой Е. В. и ее команде, лекторскому составу за профессионализм и практикоориентированность курса. Особые слова благодарности хочется выразить Председателю Общероссийского Профсоюза образования Меркуловой Галине Ивановне за этот востребованный проект и за возможность обучить из Республики Татарстан 635 педагогов, членов нашего Профсоюз. Лично сам прошёл этот курс и рекомендую своим коллегам.

*Заместитель Председателя Татарского республиканского комитета Общероссийского Профсоюза образования И. М. Яруллин.*

Обучение удобное, модули сгруппированы по темам и интересные презентации.

Огромное Вам спасибо за доступный, интересный, объёмный курс обучения. Вся программа составлена доходчиво, понятно. Желаю Вам успехов и процветания.

*Председатель профкома МБОУ Школа 127 Приволжского района г. Казани Хасанова Рамзия Рафиковна*

Конференция «Искусство жить без стресса» - очень мощная, я для себя сделала много заметок и в дальнейшем буду использовать рекомендации для того чтобы предотвратить профессиональное выгорание. Благодарю всех организаторов этой интересной конференции!

*Сафиуллина Регина Вячеславовна, воспитатель МБОУ СОШ 100 - Центр образования, Приволжского района г. Казани*