

МАРАФОН ПОЗАБОТЬТЕСЬ О СЕБЕ, ЧТОБЫ ЗАБОТИТЬСЯ О ДРУГИХ

21 ИЮЛЯ - 11 АВГУСТА



21 июля 2020 г, 16:00 – 17:30 (мск)



СРЕДСТВО МАКРОПУЛОСА. РАЗГАДКА 21 ВЕКА

Цуцунава Марина Рагимовна

Ассистент кафедры гериатрии, пропедевтики и управления в сестринской деятельности СЗГМУ им.И.И. Мечникова.

23 июля 2020 г, 16:00 – 17:30 (мск)



ФИЗИОЛОГИЯ УСПЕХА ИЛИ КАК УПРАВЛЯТЬ СОБОЙ И ДРУГИМИ

Минвалеев Ринад Султанович

Российский физиолог, исследователь традиционных систем оздоровления. К.б.н., проф. Санкт-Петербургского государственного университета.

Популяризатор физиологического подхода к вопросам оздоровления души и тела. Уделяет большое внимание развенчанию мифов оздоровления.

28 июля 2020 г, 16:00 – 17:30 (мск)



ЕШЬ. УЧИСЬ. ЖИВИ ДОЛГО

Зубарева Светлана Петровна

Сертифицированный специалист по нутрициологии и диетологии, консультант направления Health-coaching, food-сопровождения и психосоматики питания.

Специалист по пульсовой диагностике и аюрведе.

30 июля 2020 г, 16:00 – 17:30 (мск)



ПРОФИЛАКТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

Салыгина Ирина Алексеевна

Директор центра "Грани Развития", сертифицированный коуч (ICF). Почетный работник образования.

Победитель конкурса премии Правительства "Лучший руководитель".

04 августа 2020 г, 16:00 – 17:30 (мск)



ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ ДЛЯ ЖИЗНИ

Русина Ярослава Ивановна

Erickson Professional Coach, Team Coach. Эксперт по планированию, обучению и личной эффективности. Учитель, репетитор.

06 августа 2020 г, 16:00 – 17:30 (мск)



КАК ЗА 5 МИНУТ СПРАВИТЬСЯ СО СТРЕССОМ: 5 ПРОСТЫХ ПРИЕМОВ

Вассерберг Ольга Владимировна

Сертифицированный преподаватель английского языка (ТКТ), тренер по Hospitality Business English, профессиональный Эриксоновский коуч ICF, коуч родителей и детей, нейролингвистический коуч (Neurolanguage coach), член международной ассоциации коучинга ICF.

Практикующий преподаватель английского языка и коуч. Автор учебных пособий, курсов, дистанционных программ обучения, тренингов для преподавателей и изучающих английский язык.

11 августа 2020 г, 16:00 – 17:30 (мск)



КАК ТРЕНИРОВАТЬ МОЗГ: СТРАТЕГИИ И СПОСОБЫ ЭФФЕКТИВНОЙ И БЫСТРОЙ РАБОТЫ МОЗГА

Треногов Андрей Васильевич

Медицинский психолог, врач-психотерапевт, организатор образовательной деятельности, инструктор по тренировке памяти, коуч, бизнес-тренер, автор метода психологической коррекции на основе зеркальных нейронов.

Создатель и генеральный директор компании «Катализатор образовательных технологий». Официальный представитель университета генеративных изменений (IAGC) в России, партнер Академии трансформации Ростелеком.