



# Profesori Fericiți

pentru România



# Cum am început?

Februarie 2020

- 30 directori și inspectori
- 40 profesori din județul Mureș



**În martie totul s-a schimbat...  
Noi ne-am adaptat!**



*Împreună cu partenerii noștri, credem cu tărie că profesorii merită să fie*  
**VAZUȚI, AUZIȚI, SUSTINUȚI!**



**Scopul programului** este de a oferi profesorilor un curs inovativ care are la bază cercetarea în domeniul neuroștiinței pe tema dezvoltării socio-emoționale, a rezilienței și a stării de bine.



Aceste practici corelează bunătatea și grija de sine cu sănătatea emoțională și fizică, fapt care se va reflecta în comportamentul și rezultatele academice ale elevilor.

# O călătorie conștientă spre Starea de Bine



- 5 săptămâni de curs online
- 5 sesiuni live
- studiu individual zilnic pe platforma digitală
- grupuri de reflecție săptămânale

# Călătoria continuă...

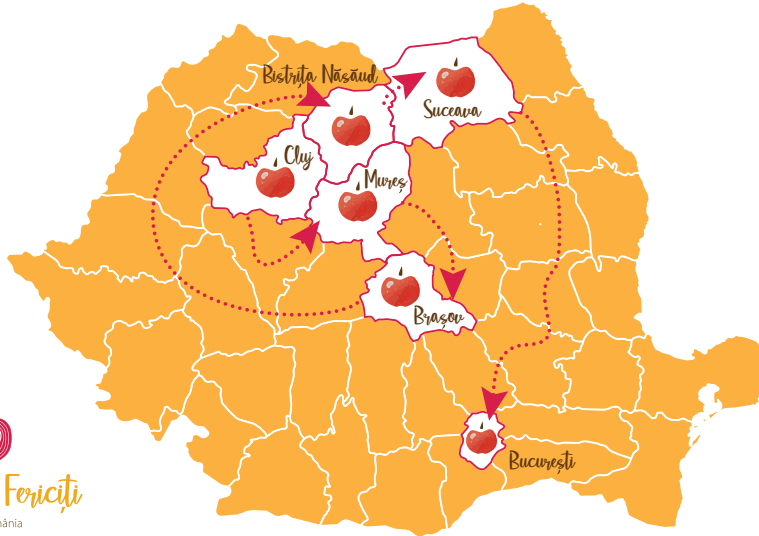


După finalizarea programului, învățarea continuă. Fiecare participant primește:

- Cartea „Profesorul din Tine”.
- Set de 10 postere cu tehnicile prezentate în curs și exerciții practice pentru clasă.

# Până acum...

O călătorie conștientă spre  
Starea de Bine a profesorului



- 8 județe
- 1,000+ înscrieri
- 17 grupe x 30 profesori
- 500 absolvenți - aprox. 12,500 elevi
- 60 participanți în progress



Profesori Fericiți  
pentru România

# Ce ne spun profesorii?

„Cred că toți profesorii ar avea nevoie de această călătorie de conștientă spre starea de bine. Eu sunt recunoscătoare că am avut norocul să particip la această călătorie minunată. Vă mulțumesc!”

„Dacă ești bine cu tine, vei fi bine și cu ceilalți! Mulțumesc că m-ati făcut să conștientizez acest lucru!”

„Cred că am devenit o persoană mult mai puternică, mai empatică, mai conectată la realitățile din jur, o persoană care caută și găsește acele soluții optime de rezolvare a problemelor. Vă mulțumim pentru acest curs minunat și de un real folos!”

„Avem nevoie să fim mai blânzi cu noi și cu cei din jur, deopotrivă. Să vedem dincolo de aparențe, să ne acordăm timp să ne cunoaștem și să reflectăm asupra acțiunilor noastre.”

„Schimbarea începe întotdeauna cu noi. Dacă ne propunem să fim deschiși, pozitivi, optimiști, cu siguranță că ni se vor întâmpla lucruri bune. Mă bucur că am avut prilejul să mă regăsesc, să spun STOP, să o iau de la capăt încărcată de energie pozitivă.”

Un video de la profesori: [https://www.youtube.com/watch?v=O4\\_ski-L6LM](https://www.youtube.com/watch?v=O4_ski-L6LM)





**Vă mulțumim!**  
**Aveți întrebări? Contactați-ne:**

Simona Baci  
[simona.baciu@transylvania.college.ro](mailto:simona.baciu@transylvania.college.ro)