



Česko-slovensko-německé advokátní fórum

2. a 3. září 2022

„Well-being advokátů“

Lindner Hotel Prague Castle, Praha

<https://www.lindner.de/cs/praha-hotel-prague-castle/prijezd.html>

Program fóra:

Pátek, 2.9. 2022

Příjezd účastníků

15:45

Sraz v lobby hotelu Lindner, společný odchod na uvítací večer

16:00 – 17:00

Prohlídka Strahovského kláštera v češtině a v němčině

17:30

Společná večeře (venkovní barbecue v hotelu Lindner)

Sobota, 3.9. 2022

Well-being advokátů

Moderátor: JUDr. Eva Indruchová, vedoucí Odboru mezinárodních vztahů ČAK

10:00

Zahájení

JUDr. Eva Indruchová, vedoucí Odboru mezinárodních vztahů ČAK

10:05

Oficiální přivítání a zdravice zástupců advokátních komor

- JUDr. Monika Novotná, místopředsedkyně ČAK
- Viktória Hellenbart, zástupce SAK
- Ilona Treibert, předsedkyně RAK Bamberg
- Sabine Fuhrmann, předsedkyně RAK Sachsen

10:20 – 10:30

Úvod do problematiky well-being advokátů a mezinárodní iniciativy

JUDr. Eva Indruchová, vedoucí Odboru mezinárodních vztahů ČAK

10:30 – 11:30

Mentální odolnost jako prevence vyhoření

Mgr. Zuzana Reřovská, psycholožka, koučka

11:30 – 13:00

Mindfulness jako cesta k udržitelné pracovní výkonnosti

Ing. Marcela Roflíková , MBA - zakladatelka Českého mindfulness institutu a certifikovaná lektorka mindfulness, spoluautorka knihy Mindfulness pro každého (Grada, 2020)

Marcela představí mindfulness jako naučitelnou dovednost jak směřovat svoji pozornost na přítomnost. Doplní o výsledky vědeckých studií, které potvrzují přínosy mindfulness pro fyzické zdraví i psychickou pohodu, včetně lepšího spánku a větší životní spokojenosti. Budete mít možnost některá mindfulness cvičení vyzkoušet. Odejdete inspirovaní k tomu, jak se v průběhu náročných pracovních dnů vědomě zastavit, abyste svoji práci byli schopni zvládnout aniž byste vyčerpávali svoje rezervy.

13:00 – 14:30

Polední pauza – společný oběd

14:30 – 15:30

Více než jen koš s ovocem a eBike – od pracovních podmínek a dalších vymožeností

Sabine Fuhrmann, předsedkyně RAK Sachsen

15:30 – 16:30

Moje RODINA, moje auto, můj dům, moje loď - příležitosti svobodných povolání v pracovním světě 4.0

Christian Semmler, advokát (Würzburg), RAK Bamberg

cca 16:30

Konec akce

16:30 – 17:00

Fakultativní minikurz česko-slovensko-německé právnícké terminologie pro začátečníky

- přijďte se naučit užitečná česká/slovenská/německá slovíčka

- určeno pro zájemce bez předchozích jazykových znalostí

Lektorka: Eva Ropková

Všechny přednášky budou simultánně tlumočeny do češtiny/němčiny.

Změny v programu jsou vyhrazeny.

Kontaktní emailová adresa: international@cak.cz