

CÉLUNK, HOGY A
TERMÉSZETTEL ÉS AZ
ÖNMAGUKKAL VALÓ
KAPCSOLAT MÉLY MEGÉLÉSE
ÁLTAL A REZILIENCIA
HELYREÁLLÍTÁSÁHOZ
SZÜKSÉGES TUDÁSSAL,
TAPASZTALATOKKAL ÉS
KÉSZSÉGEKKEL
GAZDAGODJANAK AZ EMBEREK

PARTNEREK



Rogers Alapítvány



Isoropia



Aura Sviluppo Sostenibile

KÖVESS MINKET



www.connat.eu



[@connectingtonatureandself](https://www.facebook.com/connectingtonatureandself)



connat

A reziliencia helyreállítása

Kapcsolódás a természettel és
önmagunkkal



Funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Ez a kiadvány a szerző nézeteit tükrözi, és az
Európai Bizottság nem tehető felelőssé az abban
foglaltak bármilyen felhasználásért.

Mi a reziliencia?

A reziliencia valamely rendszernek (legyen az egy egyén, egy közösség, vagy egy ország) a megküzdőképessége, mellyel az erőteljes, vagy akár sokkszerű külső hatásokhoz is sikeresen tud alkalmazkodni. Az a megújulási képesség, ahogyan az ember vissza tudja nyerni eredeti, jó állapotát testi-lelki problémák leküzdése, illetve nehéz élethelyzetek átélése után.



Szeretnénk újra felszínre hozni a minden emberben ott rejtőző legmélyebb emberi jó szándékot és segíteni megtalálni az értelmet az értelmetlenségben mind egyéni, mind közösségi szinten. Hisszük, hogy ehhez a legrövidebb út a természetén keresztül vezet.



connat

restoring resilience
connecting to nature and self

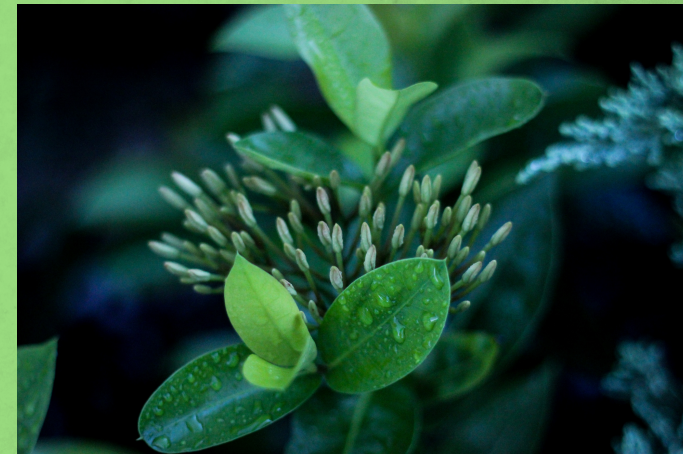
Célkitűzéseink

- a reziliencia fejlesztése az Európai Uniót érintő kihívásokkal való hatékony megküzdés érdekében
- a természet útmutatásainak megtapasztalása
- az értelem megtalálása egyéni és közösségi szinten
- a belső folyamatainkra való odafigyelésünk magasabb szintre emelése (önismeret)

Szellemi termékeink

A projekt elsődleges szellemi terméke egy olyan „kombinált” (*blended*, azaz az online és a hagyományos tréning elemeket vegyítő) kurzus, mely a természettel és az önmagunkkal való kapcsolatunk újrafelfedezése által segít megküzdőképességünk fejlesztésében.

Az online kurzus az UDEMY rendszerben készült



Célcsoportjaink

- a természet szakértői (mint környezeti nevelők, természetvédők, túravezetők)
- humán segítő szakemberek (mint szociális munkások, mentorok, trénerok, pszichológusok, coach-ok)

Kapcsolat

Vastag Zsuzsa

zsuzsa.vastag@rogersalapitvany.hu

