



WARSZTAT WIESZ! DZIAŁAJ!

MASZ WRAŻENIE, ŻE CAŁY CZAS PRZYŚPIESZASZ?

Wiemy, że ilość zadań każdego dnia może przytłoczyć tak, że ciężko się podnieść. Dziś jest ciężko, ale czy czasem nie jest tak, że jak trenujesz - np. bieganie, to na początku owszem - jest ciężko. Przebiegniesz 1 km - super, ale potrenuj miesiąc, a będziesz miał już na koncie więcej i więcej kilometrów.

Tak jest też z naszymi codziennymi sprawami. Nie będzie ich mniej, ale **mając dobry plan treningowy będziesz coraz lepsz/-a w ich organizowaniu i załatwianiu.**



Proste ?

Zapraszamy na bezpłatne warsztaty z trenerem Damianem Kuźmińskim 😊

PROGRAM WARSZTATU

Podczas warsztatu wspólnie omówimy:

- ✓ narzędzia do zarządzania czasem i zadaniami,
- ✓ narzędzia do koncentracji,
- ✓ jak planować zadania w ciągu dnia, opierając się na Twojej wewnętrznej motywacji,
- ✓ pozbycie się codziennych rozpraszaczy naszej koncentracji,
- ✓ czym jest siłownia mentalna,
- ✓ poznamy narzędzia jak angażować zespół oraz czym jest ryzyko.

Dodatkowo ⇒ stworzymy indywidualną mapę drogową Twojej „zmiany”.

Co ważne od razu będziesz mógł wdrożyć to co wypracujemy na warsztacie w życie 😊

DLA KOGO?

Szkolenie adresowane jest **do organizacji i instytucji publicznych z województwa pomorskiego**, które:

- ⇒ już działają z wolontariuszami i chcą rozwijać wolontariat w swojej organizacji,
- ⇒ dopiero zastanawiają się nad rozpoczęciem współpracy z wolontariuszami.

Zapraszamy w szczególności koordynatorów wolontariatu, liderów i animatorów wolontariatu, liderów lokalnych społeczności, opiekunów Szkolnych Kół Wolontariatu i inne osoby kierujące pracą wolontariuszy.

POTWIERDŹ SWOJĄ OBECNOŚĆ → [ZAPISY](#)

Uwaga! Pierwszeństwo i gwarantowane miejsca udziału mają podmioty, które są użytkownikami Systemu Obsługi Wolontariatu na portalu www.korpussolidarnosci.gov.pl

DATA: 21.11.2019, godzina 10:00

LOKALIZACJA SPOTKANIA: Europejskie Centrum Solidarności, sala nr 4 (3 piętro, korytarz na lewo od windy)

KONTAKT DO ORGANIZATORA

Regionalne Centrum Wolontariatu w Gdańsku

tel. 58/772-42-21

mail: ks@wolontariatgdansk.pl



Sfinansowano przez Narodowy Instytut Wolności
– Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego ze środków
"Korpusu Solidarności – Programu Wspierania i Rozwoju
Wolontariatu Długoterminowego na lata 2018 - 2030"

