

Harmonogram

Nazwa Beneficjenta: Centrum Edukacji w Nidzicy

Numer projektu: FEWM.06.04-IZ.00-0047/23

Tytuł projektu: Nidzicka Szkoła Branżowa I stopnia ZDZ z plusem

Nazwa szkolenia zawodowego/kursu: Trening kompetencji osobistych i społecznych

Nr kursu: 8/053/2024

Uczestników: 13 w tym kobiet: 6, mężczyzn: 7

Termin realizacji: 19.10.2024-27.10.2024



Fundusze Europejskie
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez
Unię Europejską



1. Harmonogram

Data realizacji	Godziny realizacji zajęć od-do	Temat zajęć	Wykładowca	Miejsce realizacji zajęć/nazwa instytucji (miejscowość, ulica, nr lokalu)
19.10.2024	08:00-08:45	Techniki motywacji i automotywacji	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	08:45-08:50	PRZERWA		
	08:50-09:35	Techniki motywacji i automotywacji	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	09:35-09:40	PRZERWA		
	09:40-10:25	Komunikacja werbalna i niewerbalna	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	10:25-10:30	PRZERWA		
	10:30-11:15	Komunikacja werbalna i niewerbalna	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	11:15-11:30	PRZERWA		
	11:30-12:15	Komunikacja werbalna i niewerbalna	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	12:15-12:20	PRZERWA		
	12:20-13:05	Komunikacja werbalna i niewerbalna	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	13:05-13:10	PRZERWA		
	13:10-13:55	Przeszkody w skutecznej komunikacji	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	13:55-14:00	PRZERWA		
	14:00-14:45	Przeszkody w skutecznej komunikacji	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
20.10.2024	08:00-08:45	Sztuka aktywnego słuchania	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	08:45-08:50	PRZERWA		
	08:50-09:35	Sztuka aktywnego słuchania	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	09:35-09:40	PRZERWA		
	09:40-10:25	Model FUO - konstruktywne reagowanie w sytuacjach konfliktowych	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	10:25-10:30	PRZERWA		
	10:30-11:15	Stres w życiu osobistym - źródła stresu, objawy stresu	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	11:15-11:30	PRZERWA		
	11:30-12:15	Stres w życiu osobistym - źródła stresu, objawy stresu	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	12:15-12:20	PRZERWA		
	12:20-13:05	Metody radzenia sobie ze stresem	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	13:05-13:10	PRZERWA		
	13:10-13:55	Metody radzenia sobie ze stresem	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	13:55-14:00	PRZERWA		



Fundusze Europejskie
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez
Unię Europejską



20.10.2024	14:00-14:45	Metody radzenia sobie ze stresem	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
26.10.2024	08:00-08:45	Asertywność - sposobem reagowania na krytykę	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	08:45-08:50	PRZERWA		
	08:50-09:35	Asertywność - sposobem reagowania na krytykę	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	09:35-09:40	PRZERWA		
	09:40-10:25	Typologia osobowości	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	10:25-10:30	PRZERWA		
	10:30-11:15	Typologia osobowości	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	11:15-11:30	PRZERWA		
	11:30-12:15	Mocne i słabe strony podstawą samooceny	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	12:15-12:20	PRZERWA		
	12:20-13:05	Mocne i słabe strony podstawą samooceny	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	13:05-13:10	PRZERWA		
	13:10-13:55	Mocne i słabe strony podstawą samooceny	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	13:55-14:00	PRZERWA		
	14:00-14:45	Akceptacja samego siebie - zasoby własne	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
27.10.2024	08:00-08:45	Akceptacja samego siebie - zasoby własne	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	08:45-08:50	PRZERWA		
	08:50-09:35	Akceptacja samego siebie - zasoby własne	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	09:35-09:40	PRZERWA		
	09:40-10:25	Podstawowe formy, techniki i środki autoprezentacji	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	10:25-10:30	PRZERWA		
	10:30-11:15	Podstawowe formy, techniki i środki autoprezentacji	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	11:15-11:30	PRZERWA		
	11:30-12:15	Rola wyglądu zewnętrznego w autoprezentacji	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	12:15-12:20	PRZERWA		
	12:20-13:05	Rola wyglądu zewnętrznego w autoprezentacji	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	13:05-13:10	PRZERWA		
	13:10-13:55	Profilaktyka zdrowotna, zachowania prozdrowotne, sposoby zdrowego odżywiania się	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2, 13-100 Nidzica, sala nr 1
	13:55-14:00	PRZERWA		
	14:00-14:45	Profilaktyka zdrowotna, zachowania prozdrowotne, sposoby zdrowego odżywiania się	Stańczak-Anuszevska Justyna	ul. Barke 2; Nidzica



Fundusze Europejskie
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez
Unię Europejską

