



WWW.OOK.COM.PL

**ZAPRASZA NA
PROFESJONALNE SZKOLENIE**

11-14.12.2018 /wt. -pt./

„Doskonalenie umiejętności radzenia sobie ze stresem oraz psychologiczne mechanizmy obronne w pracy zawodowej”

Przyjazd 11-12-2018 na nocleg ze śniadaniem. Zakwaterowanie od 15:00
Wykwaterowanie w dniu 14-12-2018 po śniadaniu do godz. 11:00

MIEJSCE: Sośnica*** ul. Heleny Modrzejewskiej 7, **ZAKOPANE**
/położony w centrum, 250 m od Krupówek/ **/BASEN I SAUNA DLA GOŚCI OŚRODKA GRATIS/**

Program ramowy

- ◆ Sposoby Identyfikowania ośrodków stresogennych
- ◆ Skutki stresu dla pracownika i jego pracę
- ◆ Kształtowanie odporności na stres
- ◆ Umiejętność zachowania dystansu emocjonalnego
- ◆ Metody i techniki walki ze stresem
- ◆ Kształtowanie pozytywnego myślenia i jego rola w życiu codziennym
- ◆ Koncepcje mechanizmów obronnych osobowości
- ◆ Specyfika działania mechanizmów obronnych
- ◆ Mechanizmy obronne a sposoby rozwiązywania konfliktów wewnętrznych.
- ◆ Rodzaje stosowanych mechanizmów obronnych
- ◆ Psychologiczne mechanizmy obronne w pracy zawodowej
- ◆ Stosowanie technik relaksacyjnych

Zajęcia poprowadzi mgr Ewa Latek - doświadczona psycholog i psychoterapeutka w obszarze psychopatologii, psychologii klinicznej, psychoterapii zaburzeń psychicznych osób dorosłych i młodzieży. Od wielu lat prowadzi specjalistyczne szkolenia psychologiczne. Ukończyła całościowe szkolenie z psychoterapii i psychologii klinicznej.

KOSZT SZKOLENIA Z ZAKWATEROWANIEM I WYŻYWIENIEM WYNOŚI 850 zł OD OSOBY
/KWOTA ZWOLNIONA Z PODATKU VAT/

PRZY ZGŁOSZENIU 5 OSÓB, 6 OSOBA UCZESTNICZY GRATIS!

Przyjmowanie zgłoszeń najpóźniej do dnia 23-11-2018 pod numerem
tel./fax.: (12) 658-34-97, (12) 264-31-47 lub drogą elektroniczną ook@ook.com.pl

Program szkolenia może zostać dowolnie zmodyfikowany, zgodnie z Państwa potrzebami





FORMULARZ ZGŁOSZENIOWY

Aby zgłosić się na szkolenie wystarczy wypełnić **formularz zgłoszeniowy**, który należy przesać skanem na emalia: ook@ook.com.pl lub na nr tel./fax.:(12) 658-34-97, (12) 264-31-47

Telefonicznie lub mailowo potwierdzamy przyjęcie zgłoszenia i przesyłamy szczegółowy rozkład zajęć

Miejsce: Pensjonat **Sośnica***** ul. Heleny Modrzejewskiej 7,ZAKOPANE

Data : 11-14.12.2018 **Temat:** „Doskonalenie umiejętności radzenia sobie ze stresem oraz psychologiczne mechanizmy obronne w pracy zawodowej”

NP	IMIĘ I NAZWISKO UCZESTNIKA	NP	IMIĘ I NAZWISKO UCZESTNIKA
1.		7.	
2.		8.	
3.		9.	
4.		10.	
5.		11.	
6.		12.	

FAKTURĘ PROSZĘ WYSTAWIĆ NA

Nabywca:	Odbiorca:
----------	-----------

TEL.		NIP	
FAX.		E-MAIL	

KOSZT SZKOLENIA 850 zł OBEJMUJE: materiały, wykłady, konsultacje, zaświadczenia, **3 noclegi, wyżywienie**(3 śniadania, 2 obiady, 2 kolacje), **opiekę logistyczną organizatora, parking gratis** SZKOLENIE ZWOLNIONE Z PODATKU VAT

Należność za szkolenie zostanie przekazana: **7 dni** / **14 dni przelewem** (po otrzymaniu rachunku)

Wyrażam zgodę na umieszczenie i przetwarzanie powyższych danych osobowych przez Ogólnopolski Ośrodek Konferencyjny Sp. z o.o. zgodnie z ustawą z 29 sierpnia 1997 roku o ochronie danych osobowych (Dz. U. 97 r. nr 133 poz. 883).

Zgadzam się na otrzymywanie informacji szkoleniowych dotyczących oferty Ogólnopolskiego Ośrodka Konferencyjny Sp. z o.o. w rozumieniu ustawy z dnia 18 lipca 2002 r. o świadczeniu usług drogą elektroniczną.

Oświadczam, iż środki wydatkowane na w/w szkolenie pochodzą w co najmniej 70% ze środków publicznych w rozumieniu ustawy o finansach publicznych. Niniejsze oświadczenie ma na celu możliwość zastosowania stawki zwolnionej VAT zgodnie z art.43 ust. 1 pkt 29c ustawy o podatku od towarów i usług z dnia 11 marca 2004 r. z późn. zmianami.

.....
Pieczęć

.....
Podpis zgłaszającego się lub dyrektora placówki

