



WWW.OOK.COM.PL

**ZAPRASZA NA
PROFESJONALNE SZKOLENIE**

04-07.12.2018 /wt. -pt.//wt. -pt./

**"Sposoby na wypalenie zawodowe - ustawiczne ćwiczenia.
Zalecenia na rok 2018/2019",**

Zakwaterowanie od godz. 15:00. Przyjazd 04-12-2018 na kolację o 19:00.

Wykwaterowanie w dniu 07-12-2018 po śniadaniu do godz. 11:00

MIEJSCE: w zacisznym miejscu w Willi "Carlton" z okresu XX – lecia międzywojennego
ZAKOPANE ul. Grunwaldzka 11, /położony w centrum, 200 m od Krupówek/ www.carlton.pl

Program ramowy

- Wszystko o emocjach. Źródła i funkcje emocji.
- Tłumienie emocji. Jak sobie z nimi radzić?
- Unikanie wyczerpania emocjonalnego oraz przedmiotowego traktowania klienta
- Modele złości (naturalna, chroniczna, unikanie).
- Inwentarz złości i co się za nią kryje
- Konstrukttywne wyrażanie złości.
- Diagnozowanie pierwszych objawów wypalenia zawodowego.
- Niska motywacja, pogarszające się wyniki, poczucie bezcelowości i braku osiągnięć – czy to już wypalenie zawodowe?
- Stres jako zjawisko. Przyczyny, konsekwencje świadome i nieświadome
- Profilaktyka, metody radzenia sobie ze stresem
- Poczucie koherencji w pracy i poza nią
- Relaksacja; medytacje i wizualizacje
- Gospodarowanie czasem, wyznaczanie i realizacja celów
- Zalecenia trenera na najbliższe miesiące

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 całociowe szkolenie z psychoterapii i psychologii klinicznej.

KOSZT SZKOLENIA Z ZAKWATEROWANIEM I WYŻYWIENIEM WYNOŚI 799 zł OD OSOBY
/KWOTA ZWOLNIONA Z PODATKU VAT/

PRZY ZGŁOSZENIU 5 OSÓB, 6 OSOBA UCZESTNICZY GRATIS!

Przyjmowanie zgłoszeń najpóźniej do dnia 12-11-2018 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 przesłać 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: Willi "Carlton", ul. Grunwaldzka 11 ZAKOPANE

Data: 04-07.12.2018 **Temat:** "Sposoby na wypalenie zawodowe - ustawiczne ćwiczenia.
Zalecenia na rok 2018/2019",

NP	IMIĘ I NAZWISKO UCZESTNIKA	STANOWISKO	E-MAIL
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			

FAKTURĘ PROSZĘ WYSTAWIĆ NA

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

TEL.		NIP	
FAX.		E-MAIL	

Koszt szkolenia 799 zł obejmuje: materiały, wykłady, konsultacje, **3 noclegi** (zakwaterowanie w pokojach 2 i 3 osobowych, pokoje 1 osobowe- dodatkowo płatne)**pełne wyżywienie**(3 śniadania, 2 obiady, 3 kolacje/w tym jedna uroczysta/, serwis szkoleniowy), **opiekę logistyczną organizatora**, wycieczkę dopasowaną do warunków atmosferycznych, **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.

.....
Pieczeń

.....
Podpis zgłaszającego się lub dyrektora placówki

