

## „Szkola Karpackich Liderów”

Szkolenia dla przedstawicieli  
karpackich organizacji pozarządowych  
i samorządów lokalnych

Rajcza, hotel w budynku dawnej „Podhalanki” przy Rynku  
7-9 grudnia 2011 r.



### PROGRAM

#### ŚRODA, 7 XII 2011

- 10.00 – 10.10** Otwarcie szkolenia i prezentacja projektu *Porozumienie Karpackie „Karpaty Naszym Domem” aktywnym partnerem dialogu obywatelskiego*
- 10.10 – 10.40** Prezentacja uczestników oraz programu szkolenia

#### CZĘŚĆ I

#### Mocne strony, pewność siebie - jak je wzmacniać i wykorzystywać?

- 10.40 – 11.30** Określenie osobistych kompetencji w pracy zawodowej
- 11.30 – 12.00** *Przerwa kawowa*
- 12.00 – 13.30** Co to znaczy liderka? Poznanie swoich zasobów. Diagnoza swoich mocnych stron oraz tego, jak je wykorzystać
- 13.30 – 14.30** *Obiad*
- 14.30 – 16.00** Poznanie własnej siły. Jak zdobywać i okazywać siłę? Planowanie i zarządzanie czasem swoim i innych
- 16.00 – 16.30** *Przerwa kawowa*
- 16.30 – 18.00** Harmonijne określanie celów  
Zapobieganie wypaleniu zawodowemu. Umiejętność regeneracji
- 18.30 – 20.00** *Kolacja*
- 20.00** *Nocleg*

## CZWARTEK, 8 XII 2011

CZĘŚĆ II	Sztuka prezentacji i wypowiedania się
9.00 – 11.30	Zasady dobrej prezentacji. Pierwsze wrażenie sukcesem liderki
11.30 – 12.00	<i>Przerwa kawowa</i>
12.00 – 13.30	Jak mówić aby być słuchanym i rozumianym Jak komunikuję siebie - mój obraz siebie i ja w oczach innych
13.30 – 14.30	<i>Obiad</i>
14.30 – 16.00	Sztuka radzenia sobie ze stresem podczas wystąpień
16.00 – 16.30	<i>Przerwa kawowa</i>
16.30 – 18.00	Jak budować własny styl komunikacji. Wpływ stylu komunikacji na funkcjonowanie w grupie
18.30 – 20.00	<i>Kolacja</i>
20.00	<i>Nocleg</i>

## PIĄTEK, 9 XII 2011

CZĘŚĆ III	Inicjowanie społecznej aktywności lokalnej Prawa i obowiązki obywatelskie
9.00 – 10.00	Liderka NGO jako menadżer i wizjoner
10.00 – 11.30	Jak motywować innych i kierować nimi w projekcie. Motywowanie pracowników i wolontariuszy
11.30 – 12.00	<i>Przerwa kawowa</i>
12.00 – 13.30	Budowanie zespołu i rozwiązywanie konfliktów w zespole Radzenie sobie z negatywnymi emocjami w czasie sytuacji konfliktowych. Style rozwiązywania konfliktów
13.30 – 14.30	<i>Obiad</i>
14.30 – 16.00	Kim jest liderka dla innych. Rola rozwoju osobistego i zawodowego w byciu dobrą liderką
16.00 – 16.30	<i>Przerwa kawowa</i>
16.30 – 18.00	Jak zachęcać obywateli do aktywnych działań na swoim terenie. Co obywatel może, a co powinien
18.30 – 20.00	<i>Kolacja</i>