



## Regionalna Akademia Kadr Kultury ŁDK zaprasza na szkolenia organizowane w maju 2016 r.

### Akademia Fotografii. Warsztaty fotograficzne dla początkujących, cz. I, 11 maja 2016 r., godz. 9.00-16.00, koszt: 40 zł/os., Łódzki Dom Kultury, sala 114 (9 czerwca – cz. II, 22 czerwca – cz. III)

Zaczynasz swoją przygodę z fotografią, posiadasz sprzęt i chciałbyś/chciałabyś wykorzystać jego możliwości? Jesteś pracownikiem instytucji kultury i Twoim obowiązkiem jest przygotowywanie fotorelacji z wydarzeń kulturalnych? Znasz podstawy i chciałbyś/chciałabyś wejść na wyższy poziom fotografowania? Ten kurs jest przygotowany z myślą o Tobie.

Celem szkolenia jest zwiększenie świadomości posługiwania się sprzętem fotograficznym, podniesienie umiejętności oraz zniesienie wewnętrznych ograniczeń jakie towarzyszą podczas fotografowania. W trakcie 3-częściowego szkolenia uczestnicy poznają podstawowe informacje o metodach fotografowania, sprzęcie i jego przeznaczeniu oraz specyfice fotografii poszczególnych gatunków. Każdy uczestnik wykona zdjęcia, które zostaną szeroko omówione, co będzie stanowiło podstawę do dyskusji o metodach pracy, trudnościach w podejściu do tematu i kierunkach rozwoju fotografii. Kolejne spotkania odbędą się w dniach 9 i 22 czerwca 2016 r.

#### Program warsztatów:

**9.00-10.30** Wprowadzenie. Omówienie zaawansowania uczestników spotkania i zaprezentowani używanego przez nich sprzętu. Zaprezentowanie ulubionych dzieł fotograficznych uczestników.

**10.30-10.45** Przerwa

**10.45-12.15** Definicja fotografii. Fotografia a inne dziedziny sztuki. Złoty podział a idealny kadr klasyczny. Plany fotograficzne. Kompozycja płaska i głębinowa.

**12.15-12.30** Przerwa

**12.30-14.00** Warsztaty w plenerze. Architektura lub fotoreportaż.

**14.00-14.30** Przerwa

**14.30-16.00** Omówienie wykonanych zdjęć. Światło w fotografii. Typy i rodzaje oświetlenia. Siła, kierunek, barwa i charakter światła. Krzywa prawidłowych naświetleń. High-key i low-key. Kontrast.

#### Warsztaty prowadzi:

**Artur Michalski** – operator filmowy, reżyser i fotograf po Wyższym Studium Realizacji Telewizyjnej na Wydziale Realizacji Telewizyjnej i Operatorskim PWSFTviT w Łodzi. Członek zarządów Stowarzyszenia Wolnego Słowa i Ewangelickiego Stowarzyszenia Kultury. Trener Regionalnej Akademii Kadr Kultury - „Fotografia prasowa” i „Warsztaty fotograficzne”.

### Warsztaty filcowania na mokro i na sucho na jedwabiu, 12 maja 2016 r., godz. 10.00-16.00, koszt: 60 zł/os., Łódzki Dom Kultury, sala 103.

Warsztaty filcowania to propozycja dla animatorów, którzy poszukują nowych technik artystycznych, dzięki którym będą mogli wprowadzić powiew świeżości do prowadzonych przez siebie zajęć. Warsztaty będą idealną okazją do poznania jednej z najstarszych metod tworzenia tkanin, która w ostatnich latach zyskała na popularności. W ramach warsztatów uczestnicy zdobędą podstawową wiedzę na temat metody, narzędzi oraz



możliwości jakie daje ta oryginalna technika artystyczna. Dowiedzą się także, że technika filcowania pozwala w efektowny sposób połączyć wełnę zesankową z tkaniną jedwabną.

#### Program warsztatów:

**10.00-11.30** Możliwości łączenia filcu z jedwabiem. Materiały do pracy, pomysły, inspiracje.

**11.30-11.45** Przerwa

**11.45-13.15** Warsztat pracy. Samodzielna praca nad płaskimi realizacjami z filcu, komponowanie wzoru na jedwabiu.

**13.15-13.45** Przerwa

**13.45-15.00** Realizacja szala filcowego na jedwabiu – filcowanie mokro na jedwabiu.

**15.00-15.15** Przerwa

**15.15-16.00** Podsumowanie warsztatów, omówienie realizacji.

#### Warsztaty prowadzi:

**Bożena Justyna** – pedagog, instruktor plastyki, posiada wieloletnie doświadczenie plastyczne w pracy z dziećmi, młodzieżą i dorosłymi. Cały czas pogłębia swoją wiedzę i rozwija umiejętności w zakresie różnych technik plastycznych poprzez liczne kursy, szkolenia, własną twórczą pracę, a także poprzez naukę innych.

### Prowadzenie Biuletynu Informacji Publicznej przez instytucje kultury – prawo i praktyka, 13 maja 2016 r., godz. 10.00-15.00, koszt: 130 zł/os., Łódzki Dom Kultury, sala 308

Podczas szkolenia uczestnicy zdobędą wiedzę na temat podstawowych aspektów prawnych i organizacyjnych, praktycznej znajomości na temat udostępniania informacji publicznej, a w szczególności prawidłowego prowadzenia stron Biuletynu Informacji Publicznej. W trakcie szkolenia uczestnicy zdobędą umiejętność rozwiązywania najczęściej występujących problemów, praktycznego przygotowania do wdrożenia nowych procedur oraz poznają zakres dostępu do informacji publicznej.

Spotkanie zostanie podsumowane zaprezentowaniem dobrych praktyk w prowadzeniu i aktualizowaniu stron BIP oraz przeprowadzeniem wspólnej analizy porównawczej prowadzonych przez instytucje kultury Biuletynów.

#### Program szkolenia:

**10.00-11.30** Podstawowe założenia ustawy o dostępie do informacji publicznej. Cel i cechy BIP, jako głównego trybu udostępniania informacji publicznej. BIP a udostępnienie informacji w trybie wnioskowym.

**11.30-11.45** Przerwa

**11.45-13.15** Standaryzacja podmiotowych stron BIP w myśl rozporządzenia MSWiA. Powołanie i kompetencje zespołu dedykowanego ds. BIP, niezbędne procedury. Problem i możliwości związane z udostępnieniem informacji w BIP. Zakres i rodzaj informacji podlegających obowiązkowi udostępniania w BIP. Udostępnienie dokumentacji do kontroli, zamówień publicznych. Ochrona praw autorskich oraz dóbr osobistych. Ochrona prywatności i danych osobowych w BIP

**13.15-13.30** Przerwa

**13.30-15.00** Co może stanowić zakazaną reklamę na stronach BIP? Kontrola Biuletynów – organy kontroli i zakres kontroli. Odpowiedzialność za nieudostępnienie informacji publicznej. Znaczenie BIP w polityce informacyjnej instytucji kultury. Urzędowy publikator a internetowy serwis www. Efektywność prowadzenia stron BIP przez



samorządowe instytucje kultury. Analiza porównawcza BIP prowadzonych przez instytucje kultury.

### Szkolenie prowadzi:

**Rafał Kula** – inżynier, ceniony specjalista z zakresu prawa dostępu do informacji publicznej, praktyk popularyzujący wiedzę o efektywnym prowadzeniu stron BIP, autor artykułów i ekspertyz z tej dziedziny, wieloletni dyrektor znanej spółki z branży IT, koordynator blisko 400 wdrożeń podmiotowych stron BIP (w tym kilkanaście dla instytucji kultury), współautor systemów BIPLA (Biuletyny prowadzone z ich wykorzystaniem zdobyły w 2011 roku dwie pierwsze nagrody w konkursie MSWiA na „Przejrzystą stronę BIP”), autor Biuletynów Informacji Publicznej (wykonanych ponad 80 zleceń, w tym m.in. dla Teatru Muzycznego w Łodzi, Biura Krajowej Rady Radiofonii i Telewizji). Doświadczony wykładowca i trener (od 2003 roku przeprowadził setki szkoleń w całym kraju, w tym dedykowane dla: ministerstw, NBP, PFRON, Biura Krajowej Rady Sądownictwa, szeregu urzędów wojewódzkich, urzędów samorządowych wszystkich szczebli, sądów powszechnych, urzędów pracy, SKO, urzędów oraz izb skarbowych, inspekcji wojewódzkich i powiatowych, instytucji kultury, placówek oświatowych, uczelni wyższych). W 2013 roku aktywnie współpracował z Departamentem Audytu Sektora Finansów Publicznych w Ministerstwie Finansów. Członek Zespołu ds. informacji publicznej i informacji sektora publicznego, który został powołany w ramach Rady do Spraw Cyfryzacji przy Ministrze Administracji i Cyfryzacji.

## Sponsoring – kontakt z przedstawicielami biznesu. Skuteczne narzędzia marketingowe i komunikacyjne w relacji kultury z biznesem, 17-18 maja 2016 r., godz. 9.00-16.00, koszt: 130 zł/os., Łódzki Dom Kultury, sala 308

Szkolenie ma na celu przygotowanie uczestników do budowania trwałych relacji ze sponsorami. Podczas dwudniowego szkolenia uczestnicy będą doskonalić swoje umiejętności w zakresie przygotowania bazy potencjalnych sponsorów, ciekawej oferty, poznają zasady budowania i rozliczania umów sponsorskich. Ponadto uczestnicy będą w praktyce doskonalić swoje umiejętności w zakresie technik sprzedaży, budowania relacji, technik negocjacji i perswazji przydatnych w prowadzeniu rozmów z potencjalnymi sponsorami.

### Korzyści:

Uczestnik szkolenia nabyte konkretne umiejętności oraz otrzyma gotowe narzędzia do wykorzystania w pracy. Przećwicz:

- budowanie oferty sponsoringowej z wykorzystaniem języka korzyści i języka akcji,
- przygotowanie umowy zgodnej z obowiązującymi przepisami,
- prowadzenie rozmów sprzedażowych – telefonicznych oraz bezpośrednich,
- stosowanie narzędzi marketingowych oraz technik negocjacji,
- budowanie bazy firm – potencjalnych sponsorów.

### Program szkolenia, cz. I

**9.00-10.30** Sponsoring – definicja, trendy i mity

**10.30-10.45** Przerwa

**10.45-12.15** Sponsoring – uwarunkowania prawne i finansowe

**12.15-12.30** Przerwa

**12.30-14.00** Rodzaje sponsoringu

**14.00-14.30** Przerwa

**14.30-16.00** Rodzaje sponsoringu



## Program szkolenia, cz. II

**9.00-10.30** Język korzyści i język akcji

**10.30-10.45** Przerwa

**10.45-12.15** Umowa sponsoringu w praktyce

**12.15-12.30** Przerwa

**12.30-14.00** Rozmowy sprzedażowe - warsztaty

**14.00-14.30** Przerwa

**14.30-16.00** Budowanie relacji ze sponsorami. Tworzenie bazy sponsorów

## Szkolenie prowadzi:

**Bożena Popiela** – trener, wykładowca, a przede wszystkim praktyk. Prowadzi szkolenia dla Jednostek Samorządu Terytorialnego, Narodowego Centrum Kultury, Ośrodka Rozwoju Edukacji oraz wielu firm i instytucji. W latach 2006-2013 kolejno: Kierownik Regionu, Dyrektor Regionu i Wiceprezes w CE Lingua Sp. z o.o. z siedzibą w Krakowie. Obecnie prowadzi własną firmę szkoleniową. Specjalizuje się w prowadzeniu szkoleń sprzedażowych, menadżerskich oraz związanych z kontrolą zarządczą. Ma wieloletnie, poparte sukcesami doświadczenie w budowaniu i zarządzaniu zespołami sprzedaży, przygotowaniu ofert handlowych, budowaniu kampanii reklamowych, negocjacjach. Absolwentka Studiów Podyplomowych z zakresu Zarządzania MŚP oraz Szkoły Trenerów Wszechnicy Uniwersytetu Jagiellońskiego.

## Środki trwałe, wartości niematerialne i prawne, środki trwałe w budowie i ich inwentaryzacja w jednostkach sektora finansów publicznych, 19 maja 2016 r., godz. 10.00-15.30, koszt: 150 zł/os., Miejsko-Gminny Dom Kultury w Działoszynie

Szkolenie jest przeznaczone dla pracowników jednostek samorządu terytorialnego, pionów finansowo-księgowych instytucji sektora finansów publicznych oraz pracowników merytorycznych odpowiedzialnych za prawidłowe przyporządkowanie bądź nadzór nad wydatkami budżetowymi i gospodarowanie mieniem jednostki.

Zagadnienia związane z ewidencją i właściwym ujęciem środków trwałych, wartości niematerialnych i prawnych oraz środków trwałych w budowie zawsze budziły wiele wątpliwości w pracy osób odpowiedzialnych za majątek jednostki.

Bardzo ważnym zagadnieniem, z którym na co dzień borykają się pracownicy zarówno działów księgowości jak i pracownicy, którym powierzono gospodarowanie mieniem, jest prowadzenie właściwych ewidencji, właściwa klasyfikacja majątku w zależności od źródeł ich finansowania, ulepszania i remonty środków trwałych czy wycofanie ich z ewidencji, likwidacja oraz ich inwentaryzacja.

Błędy, które wynikają z niewłaściwego przyporządkowania oraz uchybienia w zakresie rachunkowości środków trwałych oraz wartości niematerialnych i prawnych dość często wynikają z niedostosowania przepisów wewnętrznych do obowiązujących regulacji ustawowych.

Na szkoleniu zostaną omówione również uregulowania działań związanych z inwentaryzacją. Szkolenie dotyczące podstawowych zagadnień ma w sposób praktyczny przybliżyć uczestnikom obowiązujące uregulowania prawne po zmianach przepisów, a tym samym pomóc w praktycznym ich stosowaniu.

## Program szkolenia:

**10.00-11.30** Przekazanie majątku jednostkom organizacyjnym sektora finansów publicznych: trwałe zarząd, użytkowanie, umowa najmu i dzierżawy. Klasyfikacja i ewidencja środków trwałych oraz wartości niematerialnych i prawnych: syntetyczna, analityczna, pozabilansowa, regulacje w polityce rachunkowości, miejsce i technika



prowadzenia ewidencji.

**11.30-11.35** Przerwa

**11.35-13.00** Wycena środków trwałych oraz wartości niematerialnych i prawnych: określenie ceny nabycia, kosztu wytworzenia, wartości godziwej oraz trwałej utraty wartości. Ulepszenia, modernizacja i remont własnych oraz obcych środków trwałych.

**13.00-13.05** Przerwa

**13.05-14.05** Nisko-cenne składniki majątku – ich amortyzacja i ujęcie w księgach. Zasady i metody amortyzacji środków trwałych oraz wartości niematerialnych i prawnych. Środki trwałe w budowie (inwestycje).

**14.05-14.30** Przerwa

**14.30-15.30** Inwentaryzacja środków trwałych, wartości niematerialnych i prawnych oraz inwestycji – rodzaje, terminy, metody, organizacja i dokumentacja. Odpowiedzi na pytania uczestników szkolenia.

#### Szkolenie prowadzi:

**Teresa Krawczyk** – wykładowca wyższych uczelni – Wyższej Szkoły Zarządzania i Bankowości w Krakowie oraz Uniwersytetu Ekonomicznego w Krakowie, wieloletni praktyk administracji skarbowej w tym Naczelnik Urzędu Skarbowego, główna księgowa jednostek finansów publicznych i spółek, autor pozycji książkowych oraz wielu publikacji o tematyce rachunkowej, podatkowej, finansów publicznych i rachunkowości, szkoląca zarówno pracowników jednostek organizacyjnych sektora finansów państwowych i samorządowych, jak i pracowników RIO, ministerstw i innych ważnych urzędów państwowych i samorządowych. Nawiązuje doskonały kontakt z uczestnikami – jest współpracownikiem wielu agencji szkoleniowych.

### **Podróże dookoła świata. Warsztaty teatralno-muzyczne dla animatorów i nauczycieli edukacji przedszkolnej i wczesnoszkolnej, 20 maja 2016 r., godz. 10.00-16.00, koszt: 140 zł/os., Gminny Ośrodek Kultury w Lututowie**

Warsztaty skierowane są do nauczycieli edukacji przedszkolnej oraz wczesnoszkolnej, wychowawców, animatorów, osób pracujących z dziećmi. Warsztaty będą okazją do zapoznania z nowymi zabawami i piosenkami związanymi z tematyką podróżniczą. Zostaną ukazane możliwości wykorzystania działań teatralnych oraz muzyki w stymulowaniu wszechstronnego rozwoju psychomotorycznego dzieci, a także rozwijaniu poprzez ekspresję twórczą ich zdolności i zainteresowań artystycznych. Uczestnicy poznają tańce i piosenki integrujące dzieci w grupie, nauczą się wykorzystywać różnorodne przedmioty i rekwizyty w zabawach teatralno-muzycznych, poznają zabawy, piosenki i układy taneczne związane z tematyką podróżniczą, nauczą się budowania etiud i scenek aktorskich, zapoznają się ze sposobami wprowadzania dyscypliny i przestrzegania zasad poprzez zabawy muzyczno-ruchowe. Na zakończenie otrzymają gotowy materiał do realizacji w ramach własnych zajęć z dziećmi (szczegółowy scenariusz, opracowane zabawy teatralno-muzyczne, układy taneczne oraz płytę CD. Co ważne uczestnicy nie muszą wykazywać się uzdolnieniami aktorskimi, tanecznymi ani przygotowaniem muzycznym. Ważne są chęci do wspólnej zabawy.

#### Program warsztatów:

**10.00-11.30** Afryka Dzika. Podróże przez Czarny Łąd. Zabawy teatralno-muzyczne dla dużych i małych.

**11.30-11.45** Przerwa

**11.45-13.15** W krainie lodu czyli spotkania na Antarktydzie. Wybór tańców i piosenek dla dzieci.

**13.15-13.30** Przerwa

**13.30-15.00** Europo witaj nam – podróże po krajach Starego Kontynentu. Zabawy teatralne, piosenki, improwizacje muzyczno-ruchowe.



**15.00-15.30** Przerwa

**15.30-16.00** Mali Kolumbowie czyli odkrywamy Amerykę poprzez taniec i muzykę. Azja – Fantazja – zabawy z ruchem i piosenką. Proste piosenki i zabawy dla najmłodszych z wykorzystaniem fletu prostego.

#### Warsztaty prowadzą:

**Agnieszka Drumińska** – aktorka, reżyser, choreograf, pedagog. Absolwentka Wydziału Aktorskiego PWST w Krakowie. Aktorka scen warszawskich m.in.: Teatru Komedia, Teatru Rampa, Teatru na Woli, Bajka, Adekwatnego. Aktualnie związana z Teatrem Dramatycznym w Warszawie. Wyróżniona nagrodą publiczności za rolę Wiery w spektaklu „Ławeczka” w reż. E. Linde-Lubaszewskiej na Festiwalu Szkół Teatralnych w Łodzi w 1999 r. oraz nagrodą w kategorii debiutu scenicznego za rolę Wiery w spektaklu „Ławeczka” na Festiwalu Sztuki Aktorskiej „Kalisz 99”. Samodzielnie zrealizowała spektakle choreograficzne: „Tylko Tango” oraz „Kapelusze” w stołecznym Teatrze Nowym, a także współtworzyła choreografię do przedstawienia „Kandyd” w reż. M. Wojtyłki w Teatrze Rampa. Zagrała w wielu serialach telewizyjnych m.in. „M jak Miłość”, „Tak miało być”, „Pensjonat pod Różą”, „Na dobre i na złe”, „Barwy szczęścia”. Jest nauczycielem mianowanym, od 12 lat prowadzi zajęcia teatralne i taneczne z dziećmi w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym.

**Iwona Wołoszynek** – muzyk, pedagog, kompozytorka. Absolwentka Akademii Muzycznej w Warszawie w klasie wiolonczeli oraz rocznego podyplomowego Studium Carla Orffa w Warszawie. Współpracowała z Kameralną Orkiestrą Radiową, Orkiestrą Teatru Wielkiego oraz Filharmonią Narodową. Uczestniczyła w festiwalach W.A. Mozarta, współpracując z kwintetem smyczkowym i Solisti di Varsovia. Laureatka konkursu poezji śpiewanej im. M. Konopnickiej. Jest nauczycielem kontraktowym, od 20 lat pracuje jako nauczyciel muzyki i rytmiki w placówkach oświatowych na terenie Warszawy.

### Obsługa klienta w instytucjach kultury, cz. I i II, 23-24 maja kwietnia 2016 r., godz. 10.00-16.00 (cz. I) oraz 9.00-16.00 (cz. II), koszt: 120 zł/os., Miejski Dom Kultury w Zduńskiej Woli

W trakcie szkolenia uczestnicy poznają strategie obsługi klienta oraz znaczenie tego elementu w procesie kreowania wizerunku całej instytucji. Zostaną przybliżone narzędzia skutecznej komunikacji, a także asertywność w kontakcie z klientem. Poruszone zagadnieniem będzie także współpraca z klientem *trudnym*. Podczas spotkania uczestnicy dowiedzą się jakie elementy wpływają na powstawanie stresu w miejscu pracy oraz stworzą dekalog dobrych nawyków obsługi klienta w instytucji kultury. Warsztatowy charakter zajęć umożliwi uczestnikom wymianę poglądów i korzystnie wpłynie na proces przyswajania poszczególnych zagadnień.

#### Program szkolenia, cz. I

**10.00-11.30** Wprowadzenie – czym jest obsługa klienta i jakie ma znaczenie w procesie kreowania wizerunku instytucji kultury?

**11.30-11.45** Przerwa

**11.45-13.15** Jakość obsługi klienta – kryteria oceny. Strategie obsługi klienta.

**13.15-13.45** Przerwa

**13.45-15.00** Oczekiwanie klientów wobec pracowników.

**15.00-15.15** Przerwa

**15.15-16.00** Idealny pracownik obsługi klienta. Autoprezentacja w kontakcie z klientem.

#### Program szkolenia, cz. II

**9.00-10.30** Narzędzia skutecznej komunikacji z klientem (pytania, techniki aktywnego słuchania).

**10.30-10.45** Przerwa



**10.45-12.15** Asertywność jako ważny element pracy z klientem.

**12.15-12.30** Przerwa

**12.30-14.00** Komunikat JA, metoda 4 kroków i inne techniki. Rodzaje *trudnych klientów* i sposoby radzenia sobie z nimi.

**14.00-14.30** Przerwa

**14.30-16.00** Dekalog dobrych nawyków obsługi klienta.

#### Szkolenie poprowadzi:

**Katarzyna Waszak** – trenerka rozwoju osobistego, doradca kariery, asesor. Posiada doświadczenie w realizacji szkoleń oraz prowadzeniu procesów rekrutacyjnych metodą Assessment Centre i indywidualnych konsultacji zawodowych. Absolwentka Pedagogiki na UAM w Poznaniu oraz szkół trenerskich (Wyższa Szkoła Bankowa w Poznaniu, Ośrodek Doskonalenia i Treningu Kierowniczego w Gdańsku). Realizowała w ramach Regionalnej Akademii Kadr Kultury szkolenia *Wystąpienia publiczne i savoir-vivre*.

**Jak wypromować wydarzenie kulturalne w internecie, 24 maja 2016 r., godz. 10.00-16.00, koszt: 120 zł/os., Łódzki Dom Kultury, sala 103**

Szum informacyjny sprawia, że przebicie się z komunikatem do grupy docelowej jest coraz trudniejsze. Do tego sprawy nie ułatwia fakt, że o uwagę trzeba walczyć nie tyle z innymi wydarzeniami kulturalnymi, ale również z kinem czy galeria handlową. Jak zaprezentować wydarzenie kulturalne, by dotrzeć do odbiorców i przekonać ich do przyścia? Uczestnicy dowiedzą się w jaki sposób kompleksowo zaplanować działania promocyjne dla wydarzenia kulturalnego.

#### Program szkolenia:

**10.00-11.30** Jak określić grupę docelową wydarzenia? Jak komunikować korzyści z udziału w wydarzeniu, by zachęcić do przyścia? Jak wybrać kanały promocji wydarzenia?

**11.30-11.45** Przerwa

**11.45-13.15** Jak powinna wyglądać i co zawierać dobra strona informująca o wydarzeniu kulturalnym – planowanie i projektowanie! Darmowe narzędzia do tworzenia materiałów promocyjnych – od strony www po grafiki.

**13.15-13.45** Przerwa

**13.45-15.00** Jak pisać teksty promujące wydarzenia – od opisu przez newsletter po informację prasową. Elementy storytellingu.

**15.00-15.05** Przerwa

**15.05-16.00** Jak promować wydarzenie w mediach społecznościowych?

#### Szkolenie prowadzi:

**Artur Jabłoński** – zajmuje się szeroko pojętą komunikacją marketingową. Prowadzi szkolenia, doradza i realizuje unikalne projekty dla firm i instytucji różnego typu – od korporacji przez MŚP po instytucje kultury, startupy czy urzędy. Pracował i pracuje m.in.: z Ista Shared Services, OtoDom, Allegro, Urzędem Miasta Gdyni, Urzędem Miasta Torunia, ING, Radio PiK, Stiegelmayr i in. W branży od 2010 roku. Doświadczenie zdobywał koordynując działania marketingowe w firmach (Exea, Smart Space) i w agencjach reklamowych, gdzie odpowiadał za działania dla marek takich jak Polpharma, Makro, Danone czy BIC. Autor jednego z najpoczytniejszych blogów o marketingu: [www.ArturJablonski.com](http://www.ArturJablonski.com). Regularnie publikuje również w magazynach branżowych takich jak „Brief” czy Marketing w praktyce”. Wykładowca UMK w Toruniu, studiów podyplomowych WSAiB w Gdyni, Politechniki



Białostockiej, WSB w Toruniu, WSB w Bydgoszczy i WSB w Gdańsku. Prelegent i uczestnik paneli na konferencjach w całej Polsce.

## **Asertywność – moda na odmawianie, czy ludzi szanowanie?, cz. I i II, 30-31 maja 2016 r., godz. 9.00-16.00, koszt: 100 zł/os., Łódzki Dom Kultury, sala 308**

Szkolenie skierowane jest do wszystkich osób, które chcą rozwinąć umiejętności asertywnej komunikacji – otwarcie wyrażać swoje zdanie, odmawiać bez poczucia winy, czy bez skrępowania przyjmować komplementy. W czasie 2-dniowego spotkania uczestnicy zaznajomią się z trzema najpopularniejszymi modelami zachowania – agresją, uległością i asertywnością oraz poznają cechy charakterystyczne każdego z nich. Ponadto dowiedzą się, od czego zależy poziom asertywności i w jaki sposób można go zwiększyć. Dodatkowo uczestnicy będą mieli okazję zapoznać się i przeciwżyć konkretne techniki asertywnej komunikacji. Warsztatowy charakter zajęć umożliwi uczestnikom wymianę poglądów i korzystnie wpłynie na proces przyswajania poszczególnych zagadnień

### **Korzyści:**

- zapoznanie z 3 najpopularniejszymi modelami zachowania – agresja, uległość, asertywność,
- poznanie konkretnych technik asertywnej komunikacji,
- nabycie umiejętności konstruowania asertywnej odmowy, wygłaszania swoich opinii, przyjmowania pochwał,
- zdobycie wiedzy na temat czynników wpływających na poziom asertywności,
- zwiększenie świadomości znaczenia przekonań w nabywaniu umiejętności asertywnej komunikacji,
- nawiązanie relacji innymi uczestnikami oraz wymiana doświadczeń.

### **Program szkolenia, cz. I**

**9.00-10.30** Asertywność – moda, konieczność, czy świadomy wybór?

**10.30-10.45** Przerwa

**10.45-12.15** Zewnętrzne i wewnętrzne czynniki wpływające na poziom asertywności. Autodiagnoza poziomu asertywności.

**12.15-12.30** Przerwa

**12.30-14.00** Komunikacja agresywna i uległa – przyczyny i cechy charakterystyczne. Przekonania wspierające agresję i uległość.

**14.00-14.30** Przerwa

**14.30-16.00** Przyczyny lęku przed wprowadzeniem w życie asertywności. Zasady i prawa sprzyjające asertywności.

### **Program szkolenia, cz. II**

**9.00-10.30** Pozytywne myślenie o sobie – sojusznik treningu asertywności. Asertywne przekazywanie informacji zwrotnych – komunikat JA.

**10.30-10.45** Przerwa

**10.45-12.15** Wyrażanie próśb i oczekiwań wobec innych. Odmawianie bez poczucia winy.

**12.15-12.30** Przerwa

**12.30-14.00** Wyrażanie konstruktywnej krytyki i reagowanie na krytykę. Wyrażanie złości, gniewu, niezadowolenia.

**14.00-14.30** Przerwa

**14.30-16.00** Wyrażanie i przyjmowanie uznania – pochwały, komplementy. Trening czyni mistrza – co sprzyja





treningowi asertywności, podsumowanie treści.

#### Szkolenie prowadzi:

**Katarzyna Waszak** – trener, wykładowca, a przede wszystkim praktyk. Prowadzi szkolenia dla Jednostek Samorządu Terytorialnego, Narodowego Centrum Kultury, Ośrodka Rozwoju Edukacji oraz wielu firm i instytucji. W latach 2006-2013 kolejno: Kierownik Regionu, Dyrektor Regionu i Wiceprezes w CE Lingua Sp. z o.o. z siedzibą w Krakowie. Obecnie prowadzi własną firmę szkoleniową. Specjalizuje się w prowadzeniu szkoleń sprzedażowych, menadżerskich oraz związanych z kontrolą zarządczą. Ma wieloletnie, poparte sukcesami doświadczenie w budowaniu i zarządzaniu zespołami sprzedaży, przygotowaniu ofert handlowych, budowaniu kampanii reklamowych, negocjacjach. Absolwentka Studiów Podyplomowych z zakresu Zarządzania MŚP oraz Szkoły Trenerów Wszechnicy Uniwersytetu Jagiellońskiego.