




KONGRES MŁODYCH

	14 listopada 2019 r.
8:30 - 9:00	Rejestracja uczestników 
9:00 - 9:45	Panel dyskusyjny „Biznes w moich rękach”.
10:00 - 12:30	<p style="text-align: center;">Warsztaty do wyboru:</p> <p>1. Między agresją a uległością – trening asertywności.</p> <p>W jaki sposób udzielać informacji zwrotnej? Jak reagować na krytykę? Jak wyrażać swoje opinie i przekonania? Jak bronić swoich praw?</p> <p>2. Bądź dobry dla siebie .</p> <p>Zobacz, jak zdanie na własny temat wpływa na Twoje wybory, decyzje, samopoczucie i działanie.</p> <p>3. Pasja – szkoła - życie</p> <p>Jak zachować równowagę? Czy można nauczyć się zarządzać sobą w czasie?</p> <p>4. Uwaga i spokój żabki.</p> <p>Co to jest uwaga? Jak radzić sobie z trudnymi emocjami, takimi jak złość czy smutek. W jaki sposób uciszać myśli, które nie dają nam nic poza zmartwieniami.</p> <p>5. Odkocznia</p> <p>W jaki sposób możesz rozwijać logiczne myślenie, poprawić koncentrację? Czy można nauczyć się dbania o siebie i innych?¹²</p> <p>Równoległe warsztaty dla pedagogów z zakresu zarządzania talentami.</p>
12.30 – 13.15	 Przerwa na lunch
13:15 – 14:30	Kreatywne poszukiwanie rytmu.
14:30 – 14:45	Zakończenie Kongresu

¹ Organizator zastrzega sobie prawo do drobnych zmian w programie wydarzenia.

² Uczestnicy dokonują wyboru warsztatu w dniu Kongresu 14.11.2019 r.