

Vzdělávací společnost  
**ALMA MATER**

ve spolupráci s

**Centrem zdraví a relaxace JESKYŇKA v Bohumíně**



pořádá

**ŠKOLENÍ – VÍKENDOVÝ SEMINÁŘ**

**„SEBE VÍKEND“**

*aneb*

*Sebepoznání – Sebevědomí - Seberealizace  
v třech blocích během dvou dní*

**20.6. – 21.6. 2009**

## **Cíl víkendového semináře**

Cílem víkendového semináře je navést posluchače k pochopení sebe sama, tedy sebepoznání, nejlepšími lektory podpořit jejich sebevědomí a práci s vlastním sebevědomím. Prostřednictvím těchto základních prvků pak dojít ke schopnosti seberealizace posluchače v tržním prostředí. Nepochybně jde o působení spousty faktorů, které se pokusí pokrýt ti nejlepší školitelé z oboru psychologie (Dr. Kramaříková), vzhledu, oblékání, image, schopnosti ovládat neverbální komunikaci (Ing. Palová). Školení bude vedeno interaktivně a bude zakončeno testem s vyhodnocením. Nebudou chybět osobnostní hry a práce s týmem...

## **Cílová skupina**

Školení je určeno pro širokou veřejnost.

## **Obsah školení**

### První blok – SOBOTA (dopoledne)

Téma: SEBEPOZNÁNÍ

Školitelé: PaedDr. Marie Kramaříková, Dagmar Knýblová

...

### Druhý blok – SOBOTA (odpoledne)

Téma: SEBEREALIZACE

Školitelé: Ing. Pavlína Palová, Bc. Tomáš Pala

...

### Třetí blok – NEDĚLE (dopoledne)

Téma: SEBEVĚDOMÍ

Školitelé: PaedDr. Marie Kramaříková

...

## **Místo a termín**

Školení se uskuteční o víkendu 20.6. – 21.6. 2009 v hotelu GONG (\*\*\*\*) ve Štramberku.

## **Odborní garanti**

PaedDr. Marie Kramaříková – úspěšná personální poradkyně s dlouholetou zkušeností z praxe, autorka a šéfká úspěšné volební kampaně do Evropského parlamentu (EU), trenérka osobních dovedností, motivátorka a lektorka úspěšného života.

Ing. Pavlína Palová – školitelka a lektorka image, jednání a přístupu. Dlouhodobě školí po celé republice vystupování, taktiky neverbální komunikace a zásad image při jednání s klientem.

## **Délka školení**

Délka semináře je určena na 2 dny v třech hlavních blocích (sobota dopoledne, sobota odpoledne, neděle dopoledne). Začátek je stanoven na Sobotu 20.6.2009 v 10:00 a ukončení proběhne v neděli ve 12:00

## **Časový harmonogram**

SO 08:30 – 10:00 = prezence, registrace účastníků  
SO 10:00 – 13:00 = 1. blok (Sebepoznání)  
SO 13:00 – 15:30 = Oběd, výlet na Štramberskou trůbu (sponzorováno pro všechny účastníky)  
SO 16:00 – 19:00 = 2 blok (Seberealizace)  
SO 19:00 – 24:00 = Večeře, volný program

-----  
NE 07:00 – 09:00 = snídaně  
NE 09:00 – 12:00 = 3 blok (Sebevědomí)  
NE 12:00 – 13:00 = oběd, ukončení, odjezd účastníků  
NE 13:00 = Ukončení

## **Podmínky účasti**

Úhrada účastnického poplatku, tedy zakoupení vstupenky v hodnotě 1800 Kč. Zálohu ve výši 1000 Kč je potřeba uhradit do 5. června 2009 na účet Alma Mater, č. ú. **2090877023/0800**

## **Organizátor kurzu**

Organizátorem školení je vzdělávací společnost ALMA MATER, bližší informace na Centru zdraví a relaxace JESKYŇKA, Štefánikova 361, Bohumín.

## **Kontaktní osoby**

Dagmar Knýblová – 608 975 161  
Bc. Tomáš Pala – 602 311 220