


ÚSPECH BEZ STRESU

Motivační spíkrí dnes ohurujú ľudí rôznymi metódami ako dosiahnuť úspech. Pri tom všetkom je však najdôležitejšie vedieť zvládnuť stres tak, aby nezasahoval negatívne vašu osobnosť, ani vaše okolie či rodinu. Naša lektorka vás naučí efektívne komunikovať a udržať si psychické zdravie jednoduchými technikami.

ČO SA DOZVIETE

- » aká je správna technika verbálnej a neverbálnej komunikácie
- » prečo je psychohygiena dôležitá pre váš biznis
- » čo sa deje v našom mozgu, keď sme v strese
- » 10 jednoduchých techník na zvládnutie stresu

KTO JE VÁŠ LEKTOR

 **Mgr. Henrieta Holúbeková** – dlhodobo sa venuje oblasti vzdelávania mládeže, mladých podnikateľov, majiteľov firiem, riaditeľov, manažérov a zamestnancov na vedúcich pozíciách. Zaoberá sa oblasťami time manažmentu, komunikácie, work-life balance. Momentálne pracuje ako Hlavný štátny radca pre prácu s mládežou. Je zakladateľkou LEADERSHIP & YOUTH SPEAKER INSTITUTE.

PODMIENKY

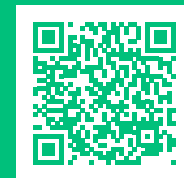
Účastník musí byť **fyzická osoba – nepodnikateľ**, s trvalým pobytom na území v niektorom zo 7 samosprávnych krajov Slovenska, okrem Bratislavského samosprávneho kraja.

Účasť je bezplatná. Počet účastníkov obmedzený.

5.6.2019
8.00 – 11.00 hod.

Gymnázium Pierra de Coubertina
Námestie SNP 9
921 26 Piešťany

Kontakt:
ap.tt@npc.sk
www.npc.sk | www.sbagency.sk



REGISTRUJTE SA TU

<https://www.npc.sk/sk/events/uspech-bez-stresu/>
Ukončenie registrácie: 4.6.2019 do 9:00 hod.

Skupinové poradenstvo - odborné poradenstvo: jednorazové odborné poradenstvo sa organizuje v rámci podaktivity 1.4. Akceleračný program Národného projektu NPC v regiónoch – TT kraj. Kód projektu: ITMS2014+: 313031I870



EURÓPSKA ÚNIA
Európsky fond regionálneho rozvoja



OPERAČNÝ PROGRAM
VÝSKUM A INOVÁCIE