

Občanské sdružení *INspiro* a Unie nestátních neziskových organizací
Vás zvou na cyklus seminářů

**„KLÍČOVÉ DOVEDNOSTI
aneb Naučme se lépe komunikovat“**

pod vedením lektorky
Milady Šnajdrové

Klíčové dovednosti jsou rozděleny do jednotlivých seminářů, které na sebe volně navazují. Přesto nemusíte absolvovat všechny, ale můžete si vybrat libovolné téma, které Vás zaujme.

Kurzy jsou vedeny odlehčenou prožitkovou formou, účastníci se aktivně zapojují vlastními postřehy a zkušenostmi, většinu situací si v různých rolích zkouší zahrát a tím si osvojují nové sociální schopnosti.

Dalším seminářem je „**Time management a elektronická komunikace**“ s tímto obsahem:

- Plánování času, priority, Dodržování termínů, Časožrouti,
- Emoce, demotivace a stres, Volný čas, relaxace
- Telefonování a elektronická komunikace:
- Výhody a nevýhody, Kdy a jak telefonovat, SMS zprávy
- Grafická úprava e-mailové zprávy, Skype

Semináře se konají vždy **od 13 do 16 hodin:**

JESENÍK – ve středu 20. dubna 2011, Český svaz zahrádkářů, Husova 5

Účast je **zdarma.**

Prosíme Vás o přihlášení na webu

http://www.uno-ok.cz/index.php?option=com_seminars&view=seminars

nebo na: snajdrova@uno-ok.cz, příp. volejte pí Šnajdrovou, tel. 776 13 33 72.

Semináře jsou finančně podporovány z rozpočtu Olomouckého kraje a realizovány ve spolupráci Nadačního ústavu regionální spolupráce o.p.s.
a občanského sdružení *INspiro*.