

Občanské sdružení *INspiro* a **Centrum pohybu, o.s.**
ve spolupráci Unii neziskových organizací Olomouckého kraje
Vás zvou na procvičovací víkendový seminář v cyklu

„NAUČME SE LÉPE KOMUNIKOVAT“

Seminář je veden odlehčenou prožitkovou formou, účastníci se aktivně zapojují vlastními postřehy a zkušenostmi, většinu situací si v různých rolích zkusí zahrát a tím si osvojují nové sociální schopnosti.

První téma „**Asertivita v praxi**“ obsahuje:

- Návčik jednotlivých asertivních technik
- Osvojování si asertivních práv a povinností, diskuze o nich
- Manipulace – jak ji poznat, jak jí odolat a jak ji využívat
- Procvičování zvládání konfliktů
- Přijímání pochvaly a kritiky

Procvičovací víkend je otevřený všem zájemcům, volně doplňuje cyklus seminářů komunikačních dovedností pro zaměstnance neziskových organizací.

Termín: 7. – 8. května 2011
v sobotu 9 – 16 hod a v neděli 9-13 hod
Centrum zdraví, Purkyňova 21 , Olomouc

Cena: symbolické 300,- Kč, platí se při zahájení semináře.
Drobné občerstvení zajištěno.

Nutné přihlášení předem na uvedený e-mail nebo na webu UNO.

o.s. INspiro, Kapucínská 4, Olomouc 779 00, IČ 266 44 827
www.inspiro-olomouc.cz

lektorka **Milada ŠNAJDROVÁ**, tel. 776 13 33 72
mail@miladasnajdrova.cz, www.miladasnajdrova.cz

Plánujeme:

Naučme se lépe komunikovat aneb od všeho trochu **4.-5. června 2011**

Seminář je finančně podpořen z rozpočtu Magistrátu města Olomouce a Olomouckého kraje.
Je realizován a o.s. *INspiro* ve spolupráci s Centrem pohybu, o.s. a UNO