

MEGHÍVÓ



Szeretnénk meghívni Önöket a projekthez kapcsolódó workshopokra, tapasztalatcserére!

2022.04.05. KEDD és 2022.04.06. SZERDA időpontokban.

Helyszín: **Online, zoom-on keresztül.** A belépési linkek a megelőző napokon kiküldésre kerülnek a regisztrálók email címére - mindkét napra külön link készül. (<http://zoom.us> oldalról ingyenesen letölthető alkalmazás, mobilra is elérhető, vagy akár böngészőből is megnyitható a képzés linkje)

Április 5. kedd (9.00-11:00 óráig) – ONLINE ZOOM WORKSHOP (a résztvevők tapasztalatainak, élményeinek megosztása, együtt gondolkodás)

- Hatékony időmenedzsment

Munkahelyi pszichoszociális élmények – a szakszervezeti titkárokat érő stresszhelyzetek és kezelésük

Bizonyára többek élménye, hogy titkárként akármilyen döntést hoz, mindig vannak dolgozók, akár tagok, akik azt kifogásolják. Ez pszichésen is sok esetben megterhelő.

De mit tehetünk ennek kivédésére? (előadás és interaktív megbeszélés)

- Munkahelyi testmozgás és ergonómia 1.

Április 6. szerda (9.00-11:00 óráig) – ONLINE ZOOM WORKSHOP (a résztvevők tapasztalatainak, élményeinek megosztása, együtt gondolkodás)

- Minőségi munkahely (a munka és a magánélet egyensúlya),

Bizonyára volt olyan, hogy a nem megfelelő időbeosztás problémát okozott az életben.

Megoldási lehetőségekről lesz szó a workshopon.

- Munkahelyi testmozgás és ergonómia 2.

JELENTKEZÉS: 2022. április 1-jén 13óráig a mail@vdsz.hu VDSZ titkársági címre küldött adatokkal (Tagszervezet neve, résztvevő neve, email címe, továbbá április 5. és/vagy 6. képzésre jelentkezik-e)

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE