Wizerunek, który działa - warsztat świadomej autoprezentacji

2025-06-13

Centrum Obywatelskie Centrum C 10 zachęca do udziału w stacjonarnym szkoleniu rozwojowym podczas którego uczestniczki i uczestnicy będą mieć możliwość:

- odkrywania, jak sposób mówienia, mimika i gesty wpływają na odbiór nas przez innych;
- nauki, w trakcie treningu, w jaki sposób naturalnie i skutecznie stosować komunikację niewerbalną;
- dobycia wiedzy, jak świadomie kreować swój wizerunek, aby był on spójny i autentyczny.

Nazwa szkolenia: **„Wizerunek, który działa" - warsztat świadomej autoprezentacji.**

Centrum zaplanowało dwie edycje tych warsztatów.

- I edycja odbędzie się **17 czerwca 2025 roku (wtorek)**, w godzinach 10-14.

Link do formularza zapisu: https://forms.office.com/e/HhBfqfemeH

- II edycja odbędzie się **18 czerwca 2025 roku (środa)**, w godzinach 16-20.

Link do formularza zapisu: https://forms.office.com/e/JkCVNQNhyX

Na podany w formularzu adres e-mail przesłane zostaną wszystkie informacje potrzebne do wzięcia udziału w wydarzeniu.

Warsztaty odbędą się w siedzibie **Centrum Obywatelskiego Centrum C 10** (os. Centrum C 10, wejście od al. Przyjaźni), w sali nr 6.

Udział w wydarzeniach jest nieodpłatny.

Ważna informacja: ze względu na model warsztatowy szkolenia obowiązuje limit miejsc. Decyduje kolejność zgłoszeń.

Program wydarzenia:

1. Trening głosu i artykulacji - jak mówić wyraźnie, pewnie i z przekonaniem.
2. Mowa ciała i gesty - świadome zarządzanie komunikacją niewerbalną.
3. Reputacja i konsekwencja - jak budować swój wizerunek w długiej perspektywie.
4. Ćwiczenia praktyczne - symulacje różnych sytuacji, które pomogą Ci świadomie zarządzać swoim wizerunkiem.

Szkolenie jest przeznaczone dla mieszkanek i mieszkańców Krakowa, a także przedstawicielek i przedstawicieli organizacji pozarządowych oraz grup nieformalnych działających lub planujących działania na rzecz krakowian.

Magiczny Kraków

Wydarzenie poprowadzi p. Paulina Król - rodowita krakowianka, absolwentka Uniwersytetu Jagiellońskiego, członkini i mentorka Toastmasters International, gdzie od kilku lat rozwija kompetencje związane z komunikacją, mówieniem i prowadzeniem spotkań. Łączy świat ubezpieczeń, networkingu i skutecznej komunikacji, inspirując innych do działania i budowania relacji. Organizuje spotkania biznesowe, pomagając innym wykorzystywać wystąpienia publiczne do wzmacniania marki i zdobywania pewności siebie na scenie. W Toastmasters doskonali sztukę mówienia, storytellingu i organizacji prezentacji, wspierając rozwój liderów i przedsiębiorców.

Zachęcamy do udziału w szkoleniu.