



**Magiczny
Kraków**

Bezpłatne szkolenie pod nazwą Metoda Biegun, czyli droga po swoje marzenia

2024-10-11

Centrum Obywatelskie Centrum C 10 zachęca do udziału w bezpłatnym szkoleniu pod nazwą „Metoda Biegun, czyli droga po swoje marzenia”.

Metoda Biegun jest nauką motywacji i jednocześnie otrzymaniem narzędzi do pracy nad sobą, do samomotywacji, nauką rozpoznawania swoich mocnych i słabych stron oraz wytyczania celu, wizualizacji i refleksji nad obecną sytuacją. Z metody płynie jasne przesłanie do pracy nad sobą, każdy kolejny krok niesie ze sobą narzędzia pomocne na tej drodze. Metoda prowadzi do rozbudowania refleksyjności nad własnym życiem.

Kiedy?

18 października 2024 r. (środa), w godzinach 10:00–14:00.

Gdzie?

Sala nr 6 w Centrum Obywatelskim Centrum C 10, os. Centrum C 10, wejście od al. Przyjaźni.

Aby wziąć udział w spotkaniu wystarczy wypełnić poniższy [formularz zgłoszeniowy](#).

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

Biegun to cel, marzenie do którego dąży każdy człowiek. Metoda Biegun:

- pomaga rozpoznać swoje talenty i mocne strony,
- uczy jak rozwijać i wzmacniać poczucie własnej wartości,
- uczy jak podejmować decyzje i mieć wpływ na swoje życie,
- uczy myślenia poza schematem i wizualizacji swoich celów/marzeń tworząc mapę drogi,
- uczy jak budować prawdziwe relacje współpracując i inspirując się nawzajem,
- buduje postawę zdobywcy – od niej zależy sukces późniejszych zamierzeń.

Program warsztatów – przedstawienie w postaci twórczych, inspirujących i motywujących ćwiczeń, zadań i wyzwań 5 kroków metody Biegun Marka Kamińskiego:

1. Odkryj swój biegun.
2. Mapa drogi.
3. Droga jest ważniejsza niż cel.
4. Dwa bieguny.
5. Poznaj samego siebie.

Marek Kamiński zebrał swoje przemyślenia i doświadczenia z wypraw i ułożył je w motywacyjną metodę Biegun. Metoda ta wspiera w rozwoju, zapobiegając utracie motywacji. Biegun jest metodą skutecznego wewnętrznego rozwoju. Prowadzi do poznania samego siebie i realizacji



**Magiczny
Kraków**

wyznaczonego celu. Opiera się o marzenia, to one są kluczem do wyznaczenia własnego Bieguna.

Dla kogo?

Warsztat jest przeznaczony dla mieszkank i mieszkańców Krakowa, a także przedstawicielek i przedstawicieli organizacji pozarządowych oraz grup nieformalnych działających i planujących działania na rzecz krakowian.

Udział w wydarzeniu jest bezpłatny. Liczba miejsc jest ograniczona, decyduje data zgłoszenia.

Warsztat poprowadzi pani Małgorzata Pióro – artysta fotografik, pedagog, socjolog, arteterapeuta, wykładowca, certyfikowany trener, trener „doświadczenia”, trener metody „Biegun” Marka Kamińskiego, facylitator, podróżnik.

W razie pytań lub wątpliwości prosimy skontaktować się z Centrum Obywatelskim Centrum C 10 telefonicznie pod numerem 578 562 000 lub drogą mailową pisząc na adres: c10@ipp.expert.

Zapraszamy do udziału w szkoleniu!