



Termín workshopu
středa 12.11.2014
od 11:00 do 14:00
zasedačka FPBT B10

Srdečně Vás zveme na
První akci ze série workshopů a seminářů
Tentokrát na téma

Jak sladit rodinný a pracovní život

Komu je workshop určen?

◆ Především vědeckým, pedagogickým a akademickým pracovnícům, které chtějí najít větší rovnováhu mezi pracovní vytížeností a rodinným i osobním životem

Kdo přednáší



Lektorka **Ivana Šindlerová**,

kteřá je zakladatelkou vzdělávací a poradenské organizace EKS (<http://www.ekscr.cz/>), a také autorkou vzdělávacích metodik a z oblasti flexibilní práce a sladování osobního a pracovního života.

Čerpá ze své dlouholeté zkušenosti, zaměřuje se na trénink dovedností pro uplatnění na trhu práce. Je hodnotitelkou assessment center a vede kurzy osobního rozvoje zaměřené na identifikaci silných stránek a jejich využití.

Kdy a kde?

ve středu 12. 11. 2014 od 11:00 do 14:00, na VŠCHT v zasedací místnosti FPBT B 10,

jelikož je workshop v době, kdy chodíte na obědy, **dostanete od nás i polední občerstvení.**

Program

◆ Ukážeme si odlišné způsoby, jak přemýšlet o čase a jeho hodnotě v našem životě. Seznámíme se s „trojnožkou“ spokojeného života a najdeme klíčové role, které chceme ve svém životě hrát. Určíme si, na jaké priority se chceme zaměřit a jak najít rovnováhu mezi všemi nároky, které jsou na nás kladeny a tím, čemu bychom se chtěli věnovat. Naučíme se stanovovat si pracovní cíle a osobní priority a připravit konkrétní plány a kroky, jak jich opravdu dosáhnout v každodenním životě.

◆ Přihlaste se e-mailem na adrese: anna.mittnerova@vscht.cz
nebo též přes aplikaci <https://researchapp.vscht.cz/seminars>

Lektorka uvítá, když vyplníte krátký on-line dotazník, aby si lépe připravila program workshopu,
<https://www.surveymonkey.com/r/DFQGTNW>

