



Seminarium online pt. „Dbanie o siebie podczas międzynarodowych działań edukacyjnych”

10.-13.12.2020 r.

Jesteś zawodowo związany(na) z międzynarodowymi działaniami edukacyjnymi? Pracujesz na co dzień lub od czasu do czasu jako koordynator(ka) projektów, kierownik(-niczka) projektów, trener(ka), prowadzący(ca) warsztatów, pośrednik(-czka) językowy(-wa) podczas międzynarodowych działań edukacyjnych? Pamiętasz sytuacje z projektów międzynarodowych, w których byłeś(-łaś) spięty(ta) i zestresowany(-na) i nie wiedziałeś(-łaś) dokładnie, co było przyczyną napięcia? Chciałeś(-łaś) zmniejszyć to napięcie, ale nie wiedziałeś(-łaś) jak? Mieszkasz aktualnie w Niemczech lub w Polsce?

Jeśli odpowiedziałeś "tak" na powyższe pytania, serdecznie zapraszamy cię na seminarium online pt. „Dbanie o siebie podczas międzynarodowych działań edukacyjnych”. Oferuje ono wyjątkową możliwość skupienia się na osobach, które odgrywają ważną i odpowiedzialną rolę podczas międzynarodowych działań edukacyjnych, ale których potrzeby zazwyczaj odgrywają podrzędną rolę. W konsekwencji może to przejawiać się dużym stresem. Seminarium to oferuje ci czas dla siebie – na osobistą refleksję i dalszy rozwój w różnych rolach projektowych. Ten czas i refleksja pomogą ci w podwyższeniu jakości twojej pracy.

Podczas seminarium poświęcisz czas swoim indywidualnym potrzebom i nauczysz się jak asertywnie komunikować je światu zewnętrznemu. Ponadto wyszkolisz się w empatii wobec siebie i innych. Zaprojektujesz również własną apteczkę pierwszej pomocy, która pomoże ci chronić swoje zasoby w stresujących sytuacjach projektowych.

Kiedy i gdzie?

Od 10. do 13.12.2020 r. w przestrzeni wirtualnej. 😊

10.12. oraz 11.12.: godz. 13:00-17:00

12.12. oraz 13.12.: godz. 9:00-13:00

Jak możesz wziąć udział?

Seminarium pt. „Dbanie o siebie podczas międzynarodowych działań edukacyjnych” jest finansowane przez program Unii Europejskiej Erasmus+ w ramach projektu „Youth Work together. For Mental Health” oraz Polsko-Niemiecką Współpracę Młodzieży.

Nie wprowadzamy odgórnej opłaty za uczestnictwo, ponieważ zdajemy sobie sprawę, jak trudny może być dla niektórych z Was ten czas. Kreisau-Initiative byłoby jednak wdzięczne za dobrowolne darowizny, ponieważ kryzys związany z pandemią koronawirusa pozostawia również i w naszym stowarzyszeniu widoczne ślady.

Aby wziąć udział, należy wypełnić formularz zgłoszeniowy do 20.11.2020 r. umieszczony pod tym [linkiem](#). Uczestnicy(-czki) zostaną wybrani na podstawie motywacji i z myślą o zróżnicowanej grupie. Mamy 20 miejsc. Wybór zostanie dokonany do 25.11.2020 r.

Język roboczy

Językami roboczymi będą niemiecki i polski. Znajomość tych lub innych języków jest oczywiście mile widziana, ale w żadnym wypadku nie jest warunkiem wstępnym uczestnictwa, ponieważ nasz zespół zapewni tłumaczenie symultaniczne.

Więcej informacji?

Szukasz dalszych informacji? Więcej o projekcie „Youth Work together. For Mental Health” można znaleźć na stronie projektu [tutaj](#). Jakies pytania dotyczące seminarium? Zapraszamy do kontaktu z Pauliną Jaskulską (jaskulska@kreisau.de).



Deutsch-Polnisches Jugendwerk
Polsko-Niemiecka Współpraca Młodzieży



Erasmus+