

**Bezpłatne szkolenie on-line - „Istota stresu i jego konsekwencje. Umiejętność radzenia sobie ze stresem przez pracowników jednostek samorządu terytorialnego” - 7 czerwca 2022 r.**



Nabór na szkolenie został zakończony.

Narodowy Instytut Samorządu Terytorialnego zaprasza Państwa na **bezpłatne** szkolenie on-line pt. **"Istota stresu i jego konsekwencje. Umiejętność radzenia sobie ze stresem przez pracowników jednostek samorządu terytorialnego"**, które odbędzie się 7 czerwca 2022 r. w godz. 10:00-11:30 na platformie CISCO WEBEX.

**Wyk?adowca:** dr hab. Jolanta ?odzi?ska prof. UKSW, Prodziekan ds. studenckich i administracji, Kierownik Katedry Socjologii Zdrowia i Pracy Socjalnej, Wydzia? Spo?eczno-Ekonomiczny Uniwersytetu Kardyna?a Stefana Wyszy?skiego.

Program:

1. Ujęcie stresu według koncepcji Hansa Salyego
2. Fazy stresu oraz główne stresory
3. Źródła stresu i ich klasyfikacja
4. Skutki oddziaływania stresu
5. Stres a funkcjonowanie zawodowe
6. Style radzenia sobie ze stresem

Liczba miejsc jest ograniczona, decyduje kolejność zgłoszeń.

Prosimy zwróci? szczególn? uwag? podczas rejestracji na wpisanie poprawnego adresu e-mail, na który zostanie przes?ane zaproszenie z linkiem udost?pniaj?cym szkolenie. Jednocze?nie informujemy, ?e ka?da osoba powinna u?y? odr?bnego, adresu e-mail. **Uwzgl?dniane b?d? wy??cznie unikatowe adresy e-mail.**

Po wys?aniu do nas formularza powinni?cie Pa?stwo otrzyma? wiadomo?? email potwierdzaj?c? prawid?owo?? zg?oszenia.

1 godzin? przed szkoleniem otrzymacie Pa?stwo drug? wiadomo?? email z linkiem zapraszaj?cym na przedmiotowe szkolenie.

20 minut przed szkoleniem pokój wirtualny, w którym odbywa się szkolenie zostanie otwarty i będzie dostępny dla uczestników szkolenia.

NIST zastrzega sobie możliwość odwołania szkolenia bądź zmiany terminu, jeżeli wynikiem nieprzewidzianych trudności organizacyjnych, uniemożliwią przeprowadzenie szkolenia, o czym poinformujemy Państwa drogą email-ową przed planowanym rozpoczęciem szkolenia, informacja taka znajdzie się również na stronie internetowej [www.nist.gov.pl](http://www.nist.gov.pl)

Dodatkowych informacji udzielają:

Pan Mariusz Kocik, mail: [mariusz.kocik@nist.gov.pl](mailto:mariusz.kocik@nist.gov.pl) , tel. +48 510 872 795

Pani Paulina Czerwińska, mail: [paulina.czerwinska@nist.gov.pl](mailto:paulina.czerwinska@nist.gov.pl) , tel. +48 690 470 988

Pan Paweł Marynowicz, mail: [pawel.marynowicz@nist.gov.pl](mailto:pawel.marynowicz@nist.gov.pl) , tel. +48 690 143 116