

Szkolenie: Wypalenie zawodowe i walka ze stresem

Termin: 6 – 13 grudnia 2022 r.

Miejsce: Andora ( Pireneje )

Koszt: 6400 PLN plus VAT.

W cenę wliczono:

- udział w zajęciach oraz materiały szkoleniowe
- przelot na trasie Warszawa - Barcelona – Warszawa
- transfer lotnisko Barcelona – hotel – lotnisko Barcelona
- 7 noclegów w hotelu 4\* w pokoju dwuosobowym
- śniadaniem i kolacją
- skipass na 6 dni
- ubezpieczenie

Uwaga!

1. Możliwość odpłatnego wypożyczenia butów i nart.
2. Klient ponosi koszty ewentualnych testów covidowych – jeżeli takie byłyby konieczne.

Zajęcia szkoleniowe prowadzone są w języku polskim bądź też tłumaczone są na język polski.

Tematyka szkolenia:

1. Wypalenie zawodowe i sposoby jego unikania
2. Stres – rozpoznawanie, skalowanie, przeciwdziałanie
3. Psychologiczne aspekty eliminowania wypalenia zawodowego i redukcji stresu:
4. Rodzaje zachowań ludzkich
5. Podejmowanie decyzji – potrzeby racjonalne i emocjonalne
6. Empatia, asertywność, agresja, uległość

Program pobytu.

Dzień 1.

Wcześniej rano zbiórka na lotnisku w Warszawie – wylot samolotu do Barcelony.

Przylot do Barcelony, transfer do hotelu w Andorze.

Zakwaterowanie, kolacja

Dzień 2 – 7

Śniadanie.

Zajęcia szkoleniowe.

Czas wolny, narty.

Kolacja.

Dzień 8

Po śniadaniu transfer na lotnisko w Barcelonie - wylot samolotu do Warszawy

Późnym popołudniem- przylot do Warszawy