



**Magiczny  
Kraków**

## **KOBIECY COACHING KARIERY W CO**

2022-04-14

**Centrum Obywatelskie w Krakowie i Krakowskie Forum Organizacji Społecznych zapraszają na cykl spotkań KOBIECY COACHING KARIERY**

**Tej wiosny zapraszamy kobiety do pierwszej edycji Kobiecego Coachingu kariery. Przed Wami pięć spotkań, na których przyjrzymy się wyzwaniom z innej perspektywy, stworzymy plan działania i wyposażymy w potrzebne narzędzia, dzięki którym zmiana będzie możliwa.**

### **Cykl składa się z 5 SPOTKAŃ !ZAPISY NA CAŁOŚĆ!**

**Kobiecty Coaching Kariery** to zajęcia warsztatowe w kameralnej, zamkniętej grupie. Spotkania odbywają się w ramach warsztatów coachingowych, gdzie uczestniczki w grupie pracują nad swoim zawodowym celem.

Warsztaty zostały zaprojektowane pod kątem rozwoju uczestniczek, stąd **istotne jest zaangażowanie w cały program**. Podczas zajęć wzmocnimy wiarę w siebie i własne możliwości, odkryjemy strefy do rozwoju jak i określimy plany zawodowe.

Każde spotkanie odbędzie się:

**Start:** godz.16.00 – 20.00

**Czas trwania:** 4 godziny

**Miejsce:** Centrum Obywatelskie w Krakowie ul. Reymonta 20

### **TEMATY SPOTKAŃ, W KTÓRYCH BĘDZIESZ UCZESTNICZYŁA:**

**27 kwietnia** - Krok po kroku czyli zaczynamy od analizy!

Na tym warsztacie porozmawiamy o tym gdzie jesteś tu i teraz. Przyjrzymy się Twoim zasobom i mocnym stronom. Dokonamy szczegółowej analizy.

**4 maja** - O celu i zmianie.

Na tym warsztacie ustalasz swoje wartości i potrzeby. Pracujesz nad zmianą i celem oraz wyznacznikami, po których poznasz, że osiągniesz cel.

**11 maja** - Tworzymy plan działania!

Zastanawiamy się krok po kroku jakie działania czekają przed Tobą. Rozmawiamy też o motywacji i o tym jak skutecznie ten plan zrealizować.

**18 maja** - Podręczny narzędziownik.

Masz tendencję do odkładania rzeczy na później? A może brakuje Ci czasem energii do działania? Na tym warsztacie otrzymasz propozycję narzędzi pomocnych w zarządzaniu własną energią oraz czasem.

**25 maja** - Autoprezentacja czyli hello świecie jestem gotowa!



**Magiczny  
Kraków**

Na tym warsztacie będziesz miała możliwość poznać kluczowe informacje na temat autoprezentacji jak również będziesz miała możliwość porozmawiać na temat swojej palety kolorów i ubrań, które będą w pracy podkreślać Twoją osobowość (więcej informacji otrzymają uczestniczki na pierwszym spotkaniu)

**Dzięki tym warsztatom:**

- odkryjesz swoje mocne strony i sięgniesz do swoich zasobów
- lepiej się poznasz i wyznaczysz korzystną dla siebie ścieżkę kariery
- ruszysz z miejsca i zaplanujesz swoją dalszą karierę
- będziesz lepiej zarządzać swoją energią jak i czasem
- zaplanujesz swoje działania krok po kroku

To co? Gotowa na zmianę i pracę nad swoim rozwojem i karierą?

**Wypełnij krótki formularz:** [shorturl.at/mnHMu](https://shorturl.at/mnHMu)

**Ilość miejsc ograniczona!**

**Warsztaty ruszają od 27 kwietnia!**

Cykl składa się z 5 SPOTKAŃ

**!ZAPISY NA CAŁOŚĆ!**

**Warsztaty poprowadzi:**

dr Ewa Krupnik – Trenerka Wszechnicy UJ, Coach ICF, specjalistka ds. public relations. Od kilkunastu lat związana z pracą w sektorze społecznym. Fundatorka Fundacji LIS. Ekspertka i wykładowca PR w NGO na Uniwersytecie Jagiellońskim. Prowadzi szkolenia w organizacjach pozarządowych jak i instytucjach publicznych. Przygotowuje analizy i kompleksowe strategie rozwoju, komunikacji dla organizacji pozarządowych a także innych podmiotów. Certyfikowana konsultantka Extended DISC, która wspiera w określeniu rozwoju kariery dla osób indywidualnych, pracowników oraz zespołów.. Pomysłodawczyni i inicjatorka O.Coaching! - portalu gdzie każdy może dołączyć do coachingowych podróżników. Ma misję, by pokazać jak coaching może pomagać w osiągnięciu celów. Na co dzień pracuje także jako Coach dla klientów indywidualnych, instytucji publicznych, firm i NGO. W Centrum Obywatelskim - Reymonta 20 prowadzi coachingi dla organizacji pozarządowych i mieszkańców Krakowa.