

Datum: 8. 4. 2022

Številka: 604-8/2022-4

Skupnost občin Slovenije vas vabi na 4. modul na temo zaježitve psihosocialnih tveganj z naslovom

## LASTNI VIRI MOČI

11. 5. 2022, med 10.00 in 12.00

preko spletnega orodja Zoom

Vas zanima, kako do več energije, do več zdravja in samozavesti?

Skozi odraščanje, smo izgubili veliko svoje notranje vere v sebe. Nekje, nekoč smo naredili o sebi veliko prepričanj, ki nam v odrasli dobi ne koristijo več.

Posledica tega je, da smo v stalnem notranjem konfliktu s seboj ali smo dovolj dobri, pametni, sposobni, lepi....Ta notranji konflikt povzroča veliko napetost v telesu in temu se reče stres. Od znotraj gorimo in posledica je izgorelost. Življenjska energija odteka in počasi izgubljammo svoj žar.

Ko se zavedamo te notranje dinamike, začnemo pridobivati nazaj svojo notranjo moč. Da bi jo lažje ponovno osvojili, se bomo na seminarju podrobneje posvetili naslednjim temam:

- **priprava na neugodne okoliščine**
- **obvladovanje čustev**
- **obvladovanje misli**
- **skrb za dobro psihofizično kondicijo**

### O PREDAVATELJICI:

Florence Maria Bratuž ima bogate izkušnje iz vodenja prodaje in regije iz avtomobilske industrije ter svetovanja. Je odlična poznavalka tehnike Procesa prisotnosti, s katero je tudi sama prišla nazaj do notranje motivacije in več življenjske moči. Te izkušnje so jo pripeljale do vloge predavatelja, motivacijsko/inspiracijskega trenerja in coacha nove [VinKom](#) miselnosti zakaj delamo to kar delamo. Njene aktivnosti kot svetovalka so usmerjene v boljše medosebne odnose zaposlenih, skladno medoddelčno sodelovanje, notranje motiviran kader skladen z vizijo in poslanstvom podjetja/organizacije in povečanje zavzetosti in kulture odgovornosti.

### PRIJAVA:

Udeležba je plačljiva. Pristopnina za izobraževanje je 40,00 EUR z DDV za občine članice in njihove zavode in 120,00 EUR z DDV za občine nečlanice/njihove zavode.

**Prijave potekajo preko [spletne prijavnice na spletni strani SOS](#) in so obvezne**, saj boste le tako dan pred dogodkom prejeli povezavo do spletne učilnice Zoom.

**Prijave zbiramo do vključno 9. 5. 2022 do 16.00 ure** oz. do zapolnitve prostih mest.

Lep pozdrav,  
sekretariat SOS