



Zapraszam do udziału w wyjątkowym warsztacie:

„Pozytywna energia przywództwa”

Integracja świadomości na poziomie mentalnym, fizycznym i emocjonalnym

Warsztat odbędzie się **w sobotę 8 czerwca 2019 w godzinach 9:00-21:00**

Spotkamy się w unikalnym, cichym i spokojnym miejscu położonym w środku lasu pod Warszawą, specjalnie wybranym i zarezerwowanym na wyłączność na potrzeby warsztatu: Polna 70, Józefów

W czasie warsztatu zdobędziesz praktyczną, najnowszą wiedzę i narzędzia pozwalające na świadome zarządzanie swoim życiem prywatnym i zawodowym. Głębokie doświadczenie siebie stworzy Ci warunki do ukształtowania swojego unikalnego, świadomego i uważnego stylu przywództwa. Dowiesz się m.in. jak:

- zachować spójność, siłę spokoju oraz integralność osobistą pozwalającą na wzmocnienie kompetencji przywódczych
- zdobyć większą świadomość siebie na poziomie umysłu, emocji i ciała
- wzmocnić swoją pozycję zawodową poprzez inspirowanie i wywieranie pozytywnego wpływu na innych
- podnosić poziom energii życiowej i regenerować się
- zredukować poziom stresu i napięcia

Agenda:

9:00-10:00 Poranna HATHA joga

10:15-11:15 Jak poziom szczęścia, pozytywnego nastawienia i naszych wartości pomagają w odnalezieniu sensu życia

Prowadząca: Agnieszka Bilińska, doświadczona menedżerka z ponad 20-letnim stażem (PwC, Scandinavian Tobacco, Vital Voices). Właścicielka firmy doradczej Trusted Communication. Mentorka, ekspertka w zakresie mentoringu, diversity, przywództwa, komunikacji oraz zarządzania talentami i rozwoju ludzi. Tworzy i wdraża autorskie programy mentoringowe i rozwojowe dla menedżerów Leading Women, Leading Men oraz Leading Yourself. Jej pasją jest świadome życie, joga, mindfulness, podróże.

11:30-14:00 Warsztat taneczny budzący świadomość ciała i ducha

Prowadząca: Anna Głogowska, Tancerka zawodowa. Dwukrotna finalistka Mistrzostw Świata w South American Showdance. Na swoim koncie ma również: Vice Mistrzostwo Polski Par Zawodowych, III miejsce na Otwartych Mistrzostwach Francji i II miejsce na Otwartych Mistrzostwach Ukrainy. Jej życie to przede wszystkim taniec, który daje mnóstwo radości i pozytywnie wypełnia każdy dzień. Dlatego deklaruje, że będzie tańczyć tak długo, jak tylko to będzie możliwe. Pasjonuje się teatrem, sztuką i fotografią. W "Tańcu z Gwiazdami" brała udział dziewięć razy i w ostatniej edycji tego programu, wraz z Kacprem Kuszewskim wywalczyli Kryształową Kulę! Jest wulkanem pozytywnej energii i lubi śpiewać na parkiecie.

14:00-15:00 lunch

15:00 – 17:00 Wprowadzenie do medytacji radża jogi-jogi intelektu, teoria i praktyka budująca świadomość mentalną oraz redukująca stres

Prowadząca: Edyta Ziajowska, coach, mentor, praktyk medytacji radża jogi oraz mindfulness, edukacji Marii Montessori, wspiera rozwój kobiecego przywództwa, uczestniczyła w programie dla Polek i kobiet z Eurazji Vital Voices, jest mentorem Fundacji Liderki Biznesu oraz Akademii Przywództwa Liderów Oświaty APLO, reprezentowała Polskę na Global Retreat „Peace of Mind 2018” w Indiach, doświadczona menedżerka z ponad 20-letnim doświadczeniem w korporacjach (Netia, PayU/Naspers, PwC, White& Case). Jej motto życiowe to: „Wizje bez implementacji to halucynacje”.

17:00 – 18:00 Czas wolny, networking

18:00 – 21:00 Grill i nieformalne rozmowy

Warsztat adresujemy wyłącznie do kobiet, które w swoim dotychczasowym życiu zawodowym zajmują (lub zajmowały) stanowisko kierownicze, menedżerskie oraz do właścicielek firm.

Jeżeli jesteś liderką, odnosisz sukcesy, ale zauważasz, że wiążą się one z wysokim kosztem osobistym (energetycznym i zdrowotnym)

Myślisz o zmianie w swoim życiu i potrzebujesz wzmocnienia osobistego do podjęcia właściwej decyzji

Chciałabyś zbudować siłę spokoju wewnętrznego i zadbać o integralność swoich myśli

Chcesz poznać podobne Tobie osoby, o podobnych wyzwaniach

Weź udział w tym unikalnym warsztacie!

Warsztat prowadzimy w kameralnej grupie do 20 osób – ilość miejsc ograniczona.

Cena udziału 1 osoby: 990 PLN netto + VAT

10% zniżki przy uczestnictwie więcej niż 2 osób z jednej firmy

Cena obejmuje udział w całodniowym warsztacie oraz wyżywienie (przerwy kawowe, lunch, wieczorny grill).

Strój: proponujemy strój nieformalny pozwalający na swobodne wykonywanie ćwiczeń (joga, taniec) i zapewniający dobre samopoczucie ☺

Zapisy i informacje: Agnieszka Bilińska, tel. 601 441 340

abilinska@trustedcommunication.pl