

# **Szkolenie „Zasady zdrowego stylu pracy w obszarze pomocowym. Przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu”**

Szanowni Państwo,

Serdecznie zapraszamy kadrę zarządzającą i kierowniczą jednostek organizacyjnych pomocy społecznej do udziału w szkoleniu: „Zasady zdrowego stylu pracy w obszarze pomocowym. Przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu”, które odbędzie się w dniu 6 grudnia 2023 r. w Instytucie Europejskim w Łodzi przy ul. Piotrkowskiej 258/260.

Celem szkolenia jest wzmocnienie kompetencji kadry zarządzającej i kierowniczej pomocy społecznej dotyczących przeciwdziałania wypaleniu zawodowemu na poziomie systemowym, zwiększania zasobów zespołu i budowania sieci wsparcia w radzeniu sobie ze stresującymi sytuacjami. Uczestnicy szkolenia dowiedzą się jakie są wyzwania w zarządzaniu zespołami w kontekście ryzyka dla zdrowia psychicznego pracowników obszaru pomocowego i jak tworzyć wspierające środowisko pracy. Poznają sposoby redukcji negatywnych skutków stresu zawodowego, zgłębią rolę odpoczynku, pasji i satysfakcjonujących relacji w utrzymaniu równowagi życiowej.

Zgłoszeń proszę dokonywać za pomocą załączonego formularza, który należy wypełnić i przesłać jego skan na adres mailowy: [m.luczak@rcpslodz.pl](mailto:m.luczak@rcpslodz.pl) w terminie do dnia 29 listopada 2023 r. Liczba miejsc jest ograniczona, dlatego decyduje kolejność zgłoszeń.

W razie pytań proszę o kontakt z Moniką Łuczak z Wydziału ds. Pomocy Społecznej i Polityki Senioralnej pod numerem telefonu: 42 203-48-30.