



**Magiczny
Kraków**

Webinar: Jak docenić i pokochać siebie?

2024-07-15

„Jak docenić i pokochać siebie?” to temat webinaru, na który zaprasza w lipcu Centrum Edukacji, Diagnostyki i Rozwoju Fundacji Wspierania Idei Marii Montessori „Ziarno Maku” w Krakowie.

Webinar realizowany jest w ramach zadania publicznego pn. „Kształtowanie kompetencji psychospołecznych wśród rodzin z Gminy Miejskiej Kraków – Kompetentna rodzina – kompetentne dziecko. Kształtowanie umiejętności psychospołecznych wśród rodzin.”

Lipiec zdaje się być miesiącem, który pozwala wziąć głębszy oddech i trochę zdystansować się do tego, co działo się przez ostatnie miesiące. Szczególnie mocno mogą to odczuwać dzieci, rodzice i nauczyciele. Pewnie jeszcze drzemią w nich emocje związane z zakończonym niedawno rokiem szkolnym, rokiem wytężonej pracy. Ale czy to oznacza, że teraz tylko bumelujemy? Czy jest coś do zrobienia w kwestii naszego rozwoju, co możemy robić podczas wakacji/urlopów?

Jasne, że tak!

Wraz z naszą gością zapraszamy na kolejny webinar z serii „Kierunek Rozwój”. Tym razem porozmawiamy o poczuciu własnej wartości. To temat, który dotyczy każdej i każdego z nas i często ma ogromny wpływ na nasze decyzje. Na szczęście będzie z nami ekspertka od odkrywania talentów, obdarowań i potencjału – Iza Antosiewicz. Serdecznie zapraszamy na spotkanie, podczas którego poszukamy odpowiedzi na poniższe kwestie:

- dlaczego mamy kłopot z docenieniem własnej wartości?
- czym się różni poczucie własnej wartości od pewności siebie i samooceny?
- dlaczego nie warto skupiać się na słabościach zbyt długo?
- w jaki sposób znajomość własnych talentów pomaga nam w określeniu tożsamości?
- co konkretnego zrobić, aby pokochać i docenić siebie?

Serdecznie zapraszamy do dołączenia do spotkania oraz do zadania także własnych pytań. Bądźcie z nami!

Termin: 16 lipca 2024 r. (wtorek)

Godzina: 20:00

Miejsce: kanał YouTube „Ziarno do Ziarnka”

(<https://www.youtube.com/@ziarnkodoziarnka>)

Gość: Iza Antosiewicz

Certyfikowana przez Instytut Gallupa trenerka mocnych stron, trenerka Familylab Association, edukatorka, coach i mówczyni. W marcu 2023 roku wystąpiła na wspólnej scenie z Nickiem Vujciciem. Ponad 1700 osób przeprowadziła przez proces poznawania talentów i mocnych stron. Propagatorka rodzicielstwa opartego na mocnych stronach. Poczytna autorka książek nie tylko dla rodziców (ponad



**Magiczny
Kraków**

14 tys. egzemplarzy jest aktualnie w domach czytelników). Założycielka społeczności przytulam.pl

Zapisy poprzez formularz pod adresem: <https://ziarnkodoziarnka.pl/webinar/>

Dla osób, które wypełnią formularz zapisów, wyślemy maila z przypomnieniem o zbliżającym się terminie webinaru, a także prześlemy upominek przygotowany przez Iżę Antosiewicz. Zapraszamy do zapisów!

Do zobaczenia 16 lipca 2024 r. o 20:00!

Więcej informacji można uzyskać pod adresem: kontakt.cedr@ziarnkomaku.pl lub pod nr telefonu: 12 2663648.

Zadanie publiczne współfinansowane ze środków Miasta Krakowa.