

## HARMONOGRAM SPOTKAŃ

data	godzina	zajęcia	sala	prowadzący
<b>zajęcia UMK</b>				
30.07.2019	10.00-12.00 12.30-13.30	<p>Otwarcie Akademii, integracja grupy, przedstawienie idei wolontariatu osób starszych i celów LAL</p> <p>Poznanie się uczestników, harmonogramu zajęć i warunków organizacyjnych</p> <p>Podstawy wiedzy o samorządzie (województwo, powiat, gmina), jego kompetencjach i zadaniach (Rada Miasta i jej Komisje, Prezydent Miasta, Urząd Miasta) oraz o jednostkach miejskich, organizacjach społecznych (NGO), spółdzielniach itp.</p>	Sala im. J. Dietla Pl. Wszystkich Świętych 3/4	dr Anna Okońska-Walkowicz Pełnomocnik Prezydenta Miasta Krakowa ds. Polityki senioralnej, Janusz Olesiński, Janina Woźniak
1.08.2019	10.00-11.30 12.00-13.30	<p>Polityka senioralna Miasta Krakowa</p> <p>Miasto we współpracy z NGO – miejskie programy, budżet obywatelski, inicjatywa lokalna</p>	Sala im. J. Dietla Pl. Wszystkich Świętych 3/4	dr Anna Okońska-Walkowicz Pełnomocnik Prezydenta Miasta Krakowa ds. Polityki Senioralnej, z-ca Dyrektora wydziału Spraw Społecznych Mateusz Płoskonka
6.08.2019	10.00-11.30 12.00-13.30	<p>Problemy starości i starzenia się - wielkie problemy geriatrici.</p> <p>Społeczny kontekst starzenia się, między innymi „Miejsca wspólne” – cele i założenia.</p>	Sala im. J. Dietla Pl. Wszystkich Świętych 3/4	dr n. med. Małgorzata Fedyk-Łukasik Collegium Medicum UJ, Janina Woźniak
8.08.2019	10.00-13.30	Wizyty Studyjne- opcjonalnie	„W sile wieku” Klub Samopomocy – Aktywizacyjny ul. Bronowicka 19/5 DPS ul. Kluzeka 6 CAS „Radosny Senior”	
<b>zajęcia Grupy TROP</b>				
20.08.2019	10.00-11.30 12.00-13.30	<p>Blok 1. (Budowanie samoświadomości), obejmować będzie następujące zagadnienia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- emocje,</li> <li>- procesy neurologiczne wpływające na relacje interpersonalne,</li> <li>- dojrzałość empatyczna,</li> <li>- Tu i Teraz,</li> <li>- nawyki.</li> </ul>	Miejskie Centrum Dialogu ul. Bracka 10	Przemysław Dziewitek, Anna Cioch
22.08.2019	10.00-11.30 12.00-13.30	Planowanie inicjatyw (określenie celu, grupy odbiorców, rozpoznanie sojuszników itd.).	Sala im. J. Dietla Pl. Wszystkich Świętych 3/4	Anna Cioch
27.08.2019	10.00-11.30 12.00-13.30	Współpraca z mediami.	Sala im. J. Dietla Pl. Wszystkich Świętych 3/4	Anna Cioch

29.08.2019	10.00-11.30 12.00-13.30	Pozyskiwanie środków finansowych	Sala Portretowa PI. Wszystkich Świętych 3/4	Anna Cioch
3.09.2019	10.00-11.30 12.00-13.30	Przykłady dobrych praktyk.	Miejskie Centrum Dialogu ul. Bracka 10	Anna Cioch
5.09.2019	10.00-11.30 12.00-13.30	Blok 1. (Budowanie samoświadomości), obejmować będzie następujące zagadnienia: - emocje, - procesy neurologiczne wpływające na relacje interpersonalne, - dojrzałość empatyczna, - Tu i Teraz, - nawyki.	Miejskie Centrum Dialogu ul. Bracka 10	Przemysław Dziewitek
10.09.2019	10.00-11.30 12.00-13.30	Blok 2. (Budowanie świadomości społecznej) obejmować będzie następujące zagadnienia: - procesy grupowe, - role w grupie, - praca z oporem i konfliktem, - zasady twórczej współpracy.	Miejskie Centrum Dialogu ul. Bracka 10	Przemysław Dziewitek
12.09.2019	10.00-11.30 12.00-13.30	Blok 2. (Budowanie świadomości społecznej) obejmować będzie następujące zagadnienia: - procesy grupowe, - role w grupie, - praca z oporem i konfliktem, - zasady twórczej współpracy.	Miejskie Centrum Dialogu ul. Bracka 10	Przemysław Dziewitek
17.09.2019	10.00-11.30 12.00-13.30	Blok 3. (Rozwijanie uważności) obejmować będzie następujące zagadnienia: - trening rozwoju uważności empatycznej, - trening komunikacji empatycznej (komunikat JA, informacja zwrotna).	UMK ul. Dekerta 24 sala konferencyjna segment B 3 p	Przemysław Dziewitek
19.09.2019	10.00-11.30 12.00-13.30	Blok 3. (Rozwijanie uważności) obejmować będzie następujące zagadnienia: - trening rozwoju uważności empatycznej, - trening komunikacji empatycznej (komunikat JA, informacja zwrotna).	Miejskie Centrum Dialogu ul. Bracka 10	Przemysław Dziewitek
24.09.2019	10.00-11.30 12.00-13.30 13.45-16.15	Prezentowanie wcześniej przygotowanych własnych projektów inicjatyw sąsiedzkich. Podsumowanie wszystkich omówionych zagadnień i wsparcie uczestników w ostatecznym przygotowaniu inicjatyw.  Uroczyste zakończenie szkolenia, wręczenie dyplomów.	Miejskie Centrum Dialogu ul. Bracka 10	Przemysław Dziewitek, Anna Cioch, dr Anna Okońska-Walkowicz
<b>zajęcia Grupy TROP</b>				
19–25. 09.2019 (terminy do uzgodnienia indywidualnie)		Grupowe sesje coachingowe	Miejskie Centrum Dialogu ul. Bracka 10	Przemysław Dziewitek