

Webinarium Kobieta w „koronie”

[A pomniejsz czcionkę](#) [A standardowy rozmiar](#) [A powiększ czcionkę](#)

Lokalny Punkt Informacyjny Funduszy Europejskich w Słupsku zaprasza na bezpłatne webinarium wszystkie Panie planujące rozwój zawodowy oraz szukające nowych wyzwań w tym niełatwym czasie. Miejsce i termin spotkania: Webinarium odbędzie się 17 marca 2021r. w godz. 12:00 - 14:00 w programie ClickMeeting.

W programie webinarium m.in.:

- Jak skorzystać ze środków Funduszy Europejskich na założenie własnej działalności gospodarczej, studia podyplomowe, kursy, szkolenia.
 - Dieta emocjonalna – Zadbaj o swoje potrzeby i emocje W czasie koronawirusa, nadmiaru informacji, bodźców, emocji warto już dzisiaj przejść na dietę Emocjonalną. Pani Agnieszka Maruda – Spierczak podpowie jak skomponować unikalną dla siebie dietę emocjonalną w oparciu o zidentyfikowanie ukrytych dotychczas potrzeb.
 - Oddech i relaksacja w Jodze – ćwiczenia Pani Izabela Szuba – Jóźwiak zaprosi do wspólnych ćwiczeń. Nauczymy się oddechu jogicznego. Poznamy proste asany i techniki oddechowe na stres, sen i lepszy nastrój.
- Ważne: Przygotuj odrobinę wolnej przestrzeni do ćwiczeń, luźniejszy strój, matę lub koc.

Udział w webinarium jest bezpłatny. W przypadku osób z niepełnosprawnościami prosimy o poinformowanie organizatora o swoich potrzebach.

Warunkiem uczestnictwa w webinarium jest przesłanie wypełnionego formularza zgłoszeniowego na adres slupsk.pife@pomorskie.eu do 16 marca 2021r. i otrzymanie potwierdzenia mailowego od organizatora. Otrzymanie potwierdzenia przyjęcia zgłoszenia jest równoznaczne z wpisaniem na listę uczestników spotkania.

Link do webinarium zostanie wysłany w osobnej wiadomości najpóźniej w dniu wydarzenia tj. (17.03.2021r.)

Organizator webinarium:

Lokalny Punkt Informacyjny

Funduszy Europejskich w Słupsku

tel.: 59 714 18 44, 59 714 18 45

e-mail: slupsk.pife@pomorskie.eu

Projekt współfinansowany z Funduszu Spójności Unii Europejskiej w ramach Programu Pomoc Techniczna 2014-2020.