

P R O G R A M

- Názov podujatia: **Reč tela, sebaovládanie a imidž osobnosti**
(Bratislava, Trnava, Trenčín, Nitra)
- Dátum konania: **22. október 2020**
- Forma podujatia: **ONLINE prednáška - prostredníctvom videokonferenčnej platformy ZOOM**
- Hlavné témy: **Čo je to neverbálna komunikácia? Ako čítať reč tela? Najčastejšie chyby pri používaní reči tela. Ako ovplyvniť iných svojou komunikáciou? Správne dýchanie a dychové cvičenia. Ako bojovať so stresom a trémou? Základné chyby spôsobujúce trému. Mentálna hygiena a zvládanie tlaku. Asertivita, alebo ako sa stať pánom situácie. Triky na získanie sebavedomia a úspešnú prezentáciu.**
- Lektor podujatia: **Ing. Marek Trubač** (odborník na komunikáciu, protokol a etiketu)
- Názov projektu: **Rozvoj systému špecializovaného vzdelávania sudcov a justičných zamestnancov (kód projektu ITMS2014+: 314021M248)**

Dátum: 22.10.2020 (štvrtok)

- | | |
|---------------------------|------------------------------------|
| 08.30 – 09.00 hod. | registrácia účastníkov |
| 09.00 – 10.00 hod. | odborný výklad, prezentácia |
| 10.00 – 10.15 hod. | prestávka |
| 10.15 – 11.45 hod. | odborný výklad, prezentácia |
| 11.45 – 12.45 hod. | prestávka |
| 12.45 – 13.45 hod. | odborný výklad, prezentácia |
| 13.45 – 14.00 hod. | prestávka |
| 14.00 – 15.00 hod. | odborný výklad, prezentácia |
| 15.00 hod. | záver vzdelávacieho podujatia |