



**Magiczny
Kraków**

"Wizerunek, który działa" - warsztat świadomej autoprezentacji. Edycja I - bezpłatne szkolenie stacjonarne

2025-06-03

Twój wizerunek to coś więcej niż pierwsze wrażenie - to sposób, w jaki komunikujesz się z otoczeniem, budujesz relacje i pozostawiasz trwałe wrażenie. To także reputacja, którą kształtujesz poprzez konsekwentne działania i komunikację w różnych sytuacjach.

Centrum Obywatelskie Centrum C 10 zachęca do udziału w szkoleniu rozwojowym, podczas którego uczestniczki i uczestnicy będą mieć możliwość:

- odkrywania, jak sposób mówienia, mimika i gesty wpływają na odbiór nas przez innych;
- nauki, w trakcie treningu, w jaki sposób naturalnie i skutecznie stosować komunikację niewerbalną;
- zdobycia wiedzy, jak świadomie kreować swój wizerunek, aby był on spójny i autentyczny.

Kiedy? 17 czerwca 2025 roku (wtorek), w godzinach: 10:00-14:00.

Gdzie? w siedzibie Centrum Obywatelskiego Centrum C 10 (os. Centrum C 10, wejście od al. Przyjaźni), w sali nr 6.

Udział w szkoleniu jest nieodpłatny.

Obowiązują zapisy poprzez formularz zgłoszeniowy:

- <https://forms.office.com/e/HhBfqfemeH>

Na podany w formularzu adres e-mail przesłane zostaną wszystkie informacje potrzebne do wzięcia udziału w wydarzeniu.

[WAŻNE] Ze względu na model warsztatowy szkolenia, obowiązuje limit miejsc. Decyduje kolejność zgłoszeń.

Program wydarzenia:

1. Trening głosu i artykulacji - jak mówić wyraźnie, pewnie i z przekonaniem.
2. Mowa ciała i gesty - świadome zarządzanie komunikacją niewerbalną.
3. Reputacja i konsekwencja - jak budować swój wizerunek w długiej perspektywie.
4. Ćwiczenia praktyczne - symulacje różnych sytuacji, które pomogą Ci świadomie zarządzać swoim wizerunkiem.

Szkolenie jest przeznaczone dla mieszkanki i mieszkańców Krakowa, a także przedstawicielki i przedstawicieli organizacji pozarządowych oraz grup nieformalnych działających lub planujących działania na rzecz krakowian.

Wydarzenie poprowadzi p. Paulina Król - rodowita krakowianka, absolwentka Uniwersytetu Jagiellońskiego, członkini i mentorka Toastmasters International, gdzie od kilku lat rozwija



**Magiczny
Kraków**

kompetencje związane z komunikacją, mówieniem i prowadzeniem spotkań. Łączy świat ubezpieczeń, networkingu i skutecznej komunikacji, inspirując innych do działania i budowania relacji. Organizuje spotkania biznesowe, pomagając innym wykorzystywać wystąpienia publiczne do wzmacniania marki i zdobywania pewności siebie na scenie. W Toastmasters doskonalą sztukę mówienia, storytellingu i organizacji prezentacji, wspierając rozwój liderów i przedsiębiorców.

Zachęcamy do udziału w szkoleniu.