



Magiczny
Kraków

Bezpłatne szkolenie: Mów i działaj! Profesjonalne wystąpienia publiczne dla liderów

2026-06-01

Centrum Obywatelskie Centrum C 10 oraz Fundacja Instytut Polityk Publicznych zapraszają do udziału w warsztatach „Mów i działaj! Profesjonalne wystąpienia publiczne dla liderów”.

Szkolenie skierowane jest do osób, które chcą rozwijać kompetencje komunikacyjne, budować pewność siebie podczas wystąpień publicznych oraz skuteczniej prezentować swoje pomysły i działania społeczne. Warsztaty mają praktyczny charakter i pozwolą uczestniczkom oraz uczestnikom przećwiczyć konkretne techniki pracy z głosem, ciałem i przekazem.

Miejsce: Centrum Obywatelskie Centrum C 10, os. Centrum C 10 (wejście od al. Przyjaźni), sala nr 6

Terminy:

• Edycja I (dopołudniowa): **9 czerwca 2026 r.** (zmiana daty z 2 czerwca) (wtorek), godz. **9:00-14:00**

Formularz zgłoszeniowy: <https://forms.cloud.microsoft/e/MtxB77juCs>

• Edycja II (popołudniowa): **11 czerwca 2026 r.** (czwartek), godz. **15:00-20:00**

Formularz zgłoszeniowy: <https://forms.cloud.microsoft/e/z8YPvz8kuK>

Na podany w formularzu adres e-mail przesłane zostaną wszystkie informacje organizacyjne dotyczące udziału w wydarzeniu.

Podczas warsztatów uczestnicy i uczestniczki:

- poznają praktyczne narzędzia skutecznej komunikacji,
- nauczą się lepiej radzić sobie ze stresem podczas wystąpień,
- przećwiczą świadomą pracę z głosem, postawą i kontaktem z odbiorcami,
- dowiedzą się, jak reagować w sytuacjach stresowych i nieprzewidzianych,
- otrzymają informację zwrotną wspierającą rozwój kompetencji wystąpień publicznych.

Szkolenie realizowane będzie w formule warsztatowej, opartej na ćwiczeniach praktycznych i aktywnym udziale grupy.

Udział w szkoleniu jest bezpłatny.

Ze względu na warsztatowy charakter wydarzenia **liczba miejsc jest ograniczona**. Decyduje kolejność zgłoszeń. Prosimy o przemyślane zapisy.

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

Prowadząca:



**Magiczny
Kraków**

Paulina Król – trenerka wystąpień publicznych i komunikacji, absolwentka Uniwersytetu Jagiellońskiego, mentorka Toastmasters International. Prowadzi szkolenia dla organizacji pozarządowych, biznesu oraz uczelni wyższych w zakresie autoprezentacji, komunikacji interpersonalnej i wystąpień publicznych.

Serdecznie zachęcamy do udziału w szkoleniu.