



Konferencja "Dobrostan pracowników w czasach migracji: czemu warto i jak robić to efektywnie."

2024-06-07

W imieniu Fundacji Understanding zachęcamy osoby zainteresowane zadaniem o dobrostan pracowników z różnych sektorów: przedstawiciele biznesu, przedstawiciele organizacji publicznych i pozarządowych oraz sektor edukacji. Ale to nie wszystko! Konferencja jest otwarta dla każdego, kto pragnie pogłębić swoją wiedzę w tym obszarze.

Termin: 11 czerwca 2024 Kraków od godziny 9.00 do 16.00 z warsztatami

Miejsce: Kraków ul. Zabłocie 20

Dobrostan pracowników jest kluczowym czynnikiem sukcesu każdej organizacji. Firmy, organizacje, placówki budżetowe i edukacyjne coraz częściej zdają sobie sprawę, że zadowoleni, zdrowi i zmotywowani pracownicy przekładają się na lepsze wyniki biznesowe.

Ale czym jest ten dobrostan pracowniczy? Co się na niego składa? O innowacyjnym podejściu do wspierania zdrowia psychicznego pracowników migracyjnych, metodach zapewnienia dobrostanu w środowisku różnorodności kulturowej i językowej, a także sprawdzonych technik oddechowych zmniejszających stres, lęk i depresję – o tym wieloaspektowo opowiemy w trakcie konferencji.

W planie: prezentacje i warsztaty prowadzone przez renomowanych ekspertów!

Program konferencji:

9.00-9.20 Blok 1. Networking i ankiety
Networking, rejestracja, ankiety, rozmowy kulturalne

9.20-11.30 Blok 2. Jak wspierać budowanie dobrostanu w organizacji

- Przywitanie i krótkie wprowadzenie co to jest dobrostan i o projekcie Peace of Mind. Aleksandra Mykowska, psycholog, Fundacja Understanding, Agnieszka Lintowska AOL Polska
- Wspieranie zdrowia psychicznego pracowników migracyjnych: innowacyjne podejścia oparte na skalowalnych interwencjach WHO - dr Dorota Ziętek, certyfikowany trener WHO, Fundacja Understanding
- Czemu warto dbać o dobrostan w organizacji - wdrażanie zasad zrównoważonego rozwoju (ESG) i praktyk - Barbara Matyaszek Szarek, Heuresis
- Jaki koszt ponosi pracownik/ organizacja podczas realizacji akcji humanitarnej? - Maria Wojtacha, Fundacja Internationaler Bund Polska



- Od barier do więzi - społeczność 2.0. w JCC Krakow - Joanna Fabijańczuk JCC Kraków
- Sprawdzone badawczo i w praktyce skuteczne techniki oddechowe zmniejszające stres, lęk i depresję - projekt Peace of mind dla uchodźców i osób im pomagających - Katrien Hertog: IAHV; Natalya Kozyr psycholog ukraiński

11.30 - 12.00 Przerwa kawowa

12.00-13.30 Blok 3. Budowanie dobrostanu w praktyce, dyskusja nt. wdrażania w organizacji

- Jak zapewnić dobrostan pracownikom - doniesienia ze świata neuronauki wraz z ćwiczeniami praktycznymi i wnioskami z wdrożeń - Aleksandra Mykowska, psycholog, Fundacja Understanding
- Proste techniki autoregulacji jako sposób na uwalnianie napięcia i stresu - Iwona Madej, coach, trener somatyczny Love & Create
- Wspieranie pracodawców w budowaniu przyjaznego środowiska pracy dla różnorodnych pracowników. Doświadczenia małopolskie - Monika Gucwa, Wojewódzki Urząd Pracy w Krakowie
- O samoregulacji pracownika, czyli Self reg w organizacji - Jagoda Sikora, psycholog, Uniwersytet Śląski (wystąpienie online)
- O konfliktach i mediacjach w środowisku międzynarodowym: jak się porozumieć i rozwiązywać konflikty w grupach wielonarodowych Magdalena Kosicka-Leszczyńska, certyfikowana trenerka NVC, mediatorka, radczyni prawna (wystąpienie online)
Wsparcie: Jagna Romanowska - mediator, radca prawny, trener komunikacji opartej na empatii - Przystanek-empatia
- Podsumowanie: dyskusja z uczestnikami nt. jak wdrażać programy budujące dobrostan wśród pracowników - Dorota Ziętek

13:30 - 14:30 Lunch

14:30 - 16:00 Warsztaty (dodatkowe zapisy - maksymalnie 15 osób/warsztat)

- Warsztaty oddechowe promocja PC program - Marzena Przybylska trener oddechu, Fundacja Art of Living (warsztat tylko stacjonarnie)
- Ćwiczenia neuronalne budujące dobrostan - Iwona Madej, trener somatyczny, coach (warsztat tylko stacjonarnie)
- Nieprofesjonalna pomoc psychologiczna w organizacji - wsparcie w kryzysie - Monika Stutz Kowalska (warsztat stacjonarnie i online)
- Czy dobrostan kłóci się z konfliktem? Jak dbać o społeczny aspekt dobrostanu? - Jagna Romanowska, mediator, radca prawny, trener komunikacji opartej na empatii, Przystanek -



**Magiczny
Kraków**

empatia (warsztat tylko stacjonarnie)

Organizator zastrzega sobie prawo do modyfikacji programu.

Zapisy - obecność stacjonarna: <https://forms.gle/34xE5KhTce7U1Swc8>

Zapisy - obecność online: <https://forms.gle/YsLXa3E9BfBO8ANFA>

Czekamy na Państwa zgłoszenia!

Fundacja Understanding
Zrozumieć siebie, zrozumieć innych
www.understanding.pl