



HUMANCO
training & development



Kit de călătorie prin... viața mea!

- Ateliere pentru dezvoltare personală -

“Un călător adevărat nu are planuri fixe și nici nu se grăbește să ajungă la destinație.”

- Lao Tzu

Suntem cu toții porniți într-o călătorie numită Viață. Dar oare suntem echipați adecvat pentru un astfel de drum? Ce am adunat în bagaj până acum? Când ne-am uitat ultima dată în el? Toți purtăm cu noi bagaje de suflet, pline cu amintiri, experiențe, gânduri, credințe, emoții, ritualuri. Uneori purtăm cu noi lucruri utile, alteori ni se pare că suntem insuficient sau inadecvat echipați. Sau se întâmplă să ne trezim în plin urcuș osteniți sub povara unor lucruri pe care nu știm cum să le folosim sau care nu ne mai ajută.





De aceea, din când în când e important să ne dăm răgaz și, într-un loc ferit, în care să ne simțim în siguranță, să ne deschidem cu grijă bagajul, să scuturăm praful, să privim conținutul și să decidem ce păstrăm, ce îndepărtăm și ce completăm.

Te invităm ca, pentru următoarea etapă a călătoriei tale, să faci câteva popasuri, să descoperi ce ai adunat în bagajul tău de suflet și să îl modelezi cum crezi că îți este de folos. Așa ai ocazia să creezi propriul kit de călătorie. Poți face asta alături de alți călători, împărtășind din experiențele de până acum.

Ce?

Ateliere de pus ordine în bagaje și de organizat kit-ul de călătorie prin viața proprie.

Când?

Locurile de popas vor fi 16 la număr, o dată pe săptămână, joia de la 18:30 - 21:00.

Unde?

La HUMANCO, în Cluj-Napoca str. J.J. Rousseau nr. 8.

Metode de plată:

Pentru plata integrală la începutul atelierelor - 220 €

Pentru plata la fiecare atelier - 17 €/atelier (adică 270€)

Informații organizatorice:

Grupul va fi unul închis (cei care se înscriu vor parcurge toate atelierele). Pentru a marca începutul călătoriei împreună, pe data de **5 noiembrie**, îți propunem o întâlnire de cunoaștere, alături de toți trainerii.



Cine?

Îți vor fi alături colegi drumeți și traineri - drumeți și ei în propria călătorie:



Sabina POP



Gabriela HUM



Smaranda STAN

Subiectele atelierelor sunt organizate astfel:

I. Kit pentru GÂNDURI și EMOȚII

- **12 noiembrie:** Să învățăm cum să învățăm - Gabriela
 - **19 noiembrie:** Gândire rapidă sau gândire flexibilă - Gabriela
 - **26 noiembrie:** Între „a da” și „a primi” - Smaranda
 - **3 decembrie:** Cine sunt? Ca să știu cum vreau să fiu... - Sabina
 - **10 decembrie:** Emoții color sau alb-negru - Gabriela
 - **17 decembrie:** Radiografia intangibilului (despre valori) - Sabina
-

II. Kit pentru RELAȚII

- **14 ianuarie:** Povestea incompletă - Despre prejudecăți și convingeri - Smaranda
 - **21 ianuarie:** În umbra umbrei proprii - Gabriela
 - **28 ianuarie:** Despre relații... Sau de ce mă irită unele persoane? - Smaranda
 - **4 februarie:** Sunt empatic sau mi se pare? - Smaranda
-

III. Kit pentru TIMP

- **11 februarie:** Cum trăiesc timpul? - Gabriela
- **18 februarie:** Care îmi sunt prioritățile? - Sabina
- **25 februarie:** A trăi AICI și ACUM este o decizie - Smaranda
- **4 martie:** De unde îmi iau motivarea? - Gabriela
- **11 martie:** Cariera și planurile mele - Gabriela
- **18 martie:** În depășirea obstacolelor vieții - Gabriela



HUMANCO

Str. J.J. Rousseau nr. 8



office@humanco.ro



www.humanco.ro



0745 623 236

Alexandra MIF