



## Harmonogram szkolenia

**Nazwa Beneficjenta:** Warmińsko-Mazurski Zakład Doskonalenia Zawodowego w Olsztynie

**Nazwa i numer projektu:** „Doskonalenie kadr instytucji rynku pracy” nr FEWM.07.03-IP.01-0002/24

**Nazwa szkolenia:** „Wystąpienia publiczne”

**Termin realizacji:** 09.04.2026-10.04.2026

**Miejsce realizacji zajęć:** Hotel Krasicki Plac Zamkowy 1/7, 11-100 Lidzbark Warmiński

**Trener/Wykładowca:** Anna Chojnacka – Baranik

Data	Godzina realizacji zajęć od-do	Temat zajęć
<b>I dzień zajęć</b>		
09.04.2026	08.00 – 08.30	Otwarcie szkolenia: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wstęp, cele, kontrakt</li> <li>• Icebreaker (wejście w energię grupy)</li> </ul>
09.04.2026	08.30 – 10.00	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wprowadzenie do wystąpień</li> <li>• Odbiorca i styl komunikacji (DISC)</li> </ul>
09.04.2026	10.00 – 10.15	Przerwa
09.04.2026	10.15 – 11.45	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cel i sens wypowiedzi</li> </ul>
09.04.2026	11.45 - 12.00	Przerwa
09.04.2026	12.00 – 13.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Komunikacja, która działa – komunikacja niewerbalna</li> </ul>
09.04.2026	13.30 – 14.30	Przerwa obiadowa
09.04.2026	14.30 - 16.00	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jak mówić, by chciano nas słuchać (blok warsztatowy)</li> </ul>
<b>II dzień zajęć</b>		
10.04.2026	08.00– 09.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktura, która porządkuje myśli</li> </ul>
10.04.2026	09.30 – 09.40	Przerwa
10.04.2026	09.40 – 11.10	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Storytelling, który zostaje w głowie</li> </ul>
10.04.2026	11.10 – 11.20	Przerwa
10.04.2026	11.20 – 12.50	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jak przyciągnąć uwagę od pierwszych sekund</li> <li>• Stres i emocje</li> </ul>
10.04.2026	12.50 – 13.30	Przerwa obiadowa
10.04.2026	13.30 – 15.00	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trudne sytuacje i opór</li> <li>• Projektowanie i wystąpienia uczestników</li> </ul>
10.04.2026	15.00 – 16.00	Walidacja kompetencji