



INŠTITÚT BANKOVÉHO
VZDELÁVANIA NBS, n.o.

Pozvánka na *webinár*

AKO SA ZBAVIŤ ZLÝCH NÁVYKOV A BYŤ PRODUKTÍVNEJŠÍ

17. február 2022

Inštitút bankového vzdelávania NBS, n. o.
je certifikovaný podľa európskej normy systému
manažérstva kvality



Inštitút bankového vzdelávania NBS, n. o.
je členom European Banking and Financial
Services Training Association



Inštitút bankového vzdelávania NBS, n. o.

Vás pozýva na webinár

AKO SA ZBAVIŤ ZLÝCH NÁVYKOV A BYŤ PRODUKTÍVNEJŠÍ

Rozsah a forma	Online interaktívny webinár v rozsahu 5 hodín je sprostredkovaním teoretických východísk spolu s praktickým nácvikom, modelovaním a simulovaním preberaných tém, sebakoučováním a riadenou diskúziou. S možnosťou účastníkov smerovať svojimi otázkami priebeh vzdelávania.
Účastníci	Zamestnanci Národnej banky Slovenska, komerčných bánk a ďalších finančných a nefinančných inštitúcií na rôznych pracovných pozíciách, a tiež ktokoľvek so záujmom o danú tému. Max. počet účastníkov je 10.
Cieľ	Cieľom podujatia je naučiť účastníkov pracovať s návykmi, tak aby ich život riadili dobré zvyky. Identifikovali a eliminovali nefunkčné, toxické a deštruktívne návyky a rutiny. Účastníci odhalia ako môžu prekročiť svoje tieň a prekonať slabosti, a tým byť produktívnejší. Na zrieknutie sa všetkých zlých zvykov je potrebná práca s mentálnou silou, motiváciou, odhodlaním, húževnatosťou, vytrvalosťou a vierou, že to je možné. Účastníci si odnesú techniky, ktorých prednosťou je jednoduchosť a takmer okamžitá účinnosť.
Obsah	<p>Návyky hrajú v našom živote významnú úlohu. Už od čias Aristotela platí:</p> <p style="text-align: center;"><i>„Sme to, čo opakovane robíme.“</i></p> <p>Dokonalosť teda nie je čin, ale zvyk. Ak dovolíme, aby náš život ovládali zlé návyky, nikdy sa nedostaneme zo začarovaného kruhu nespokojnosti. V netrénovanej hlave preberajú kontrolu negatívne, obmedzujúce a sebazraňujúce zvyky, ktoré sa tvária, že sú užitočné. Zrieknuť sa všetkých nefunkčných a neproduktívnych návykov nie je iba otázkou pevnej vôle, je potrebná mentálna sila, motivácia, odhodlanie, húževnatosť, vytrvalosť a viera v to, že je to možné.</p> <p>Lektorka prináša praktické odporúčania a návody zo svojej praxe s odpoveďami na otázky:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ako sa postarať o to, aby Váš život riadili dobré zvyky? • Ako eliminovať nefunkčné, toxické a deštruktívne návyky a rutiny? • Ako prekonávať svoje slabosti a prekračovať tieň?

LEKTOR:

Janette Š. dlhoročná lektorka, ktorá Vás webinárom prevedie nie len teoreticky, ale obohatí ho o svoje skúsenosti a konkrétne príklady priamo z jej vlastnej praxe skúsenej koučky.

ORGANIZAČNÉ POKYNY

TERMÍN KONANIA: 17.2.2022 v čase 9.00 – 15.00 hod.

ÚČASTNÍCKY POPLATOK:

na 1 účastníka bez DPH **195,00 EUR**

na 1 účastníka vrátane 20% DPH **234,00 EUR**

V CENE TRÉNINGU JE ZAHRNUTÉ: On-line interaktívna prednáška (6 hodín.).

FAKTURAČNÉ ÚDAJE:

Inštitút bankového vzdelávania NBS, n. o.
Drieňová 1081/31
821 01 Bratislava - Ružinov
IČO: 42166373
DIČ: 2022730369
IČ DPH: SK 2022730369

BANKOVÉ SPOJENIE:

IBAN: SK08 0720 0000 0000 0007 4069
SWIFT: NBSB SKBX
Variabilný symbol: 2294
Konštantný symbol: 0308

GARANT PODUJATIA:

Mgr. Vladimíra Lauko Jacková
☎ +421 905 436 751
e-mail: vladimira.jackova@ibv-nbs.sk

SPÔSOB REALIZÁCIE:

On-line kurz sa uskutoční prostredníctvom aplikácie **MS Teams** alebo **Zoom**.

ÚHRADA ÚČASTNÍCKEHO POPLATKU:

Účastníci uhradia poplatok do termínu uzávierky t. j. **10.02.2022**. Potvrdenie o úhrade (výpis z účtu alebo z internetbankingu) zašlú e-mailom na adresu vladimira.jackova@ibv-nbs.sk.

PODMIENKY ZRUŠENIA ÚČASTI / ZMENY:

Závaznú prihlášku je možné stornovať iba písomne, najneskôr 5 pracovných dní pred začiatkom podujatia. Zastúpenie účastníka je možné. Bližšie informácie o podmienkach sa nachádzajú vo Všeobecných obchodných podmienkach na: <http://www.ibv-nbs.sk/O-nas/VOP>.

**Vyplnené a potvrdené záväzné prihlášky zasielajte na adresu: vladimira.jackova@ibv-nbs.sk
alebo prostredníctvom on-line formulára na stránke: www.ibv-nbs.sk
najneskôr do 10.02.2022.**

Kompletná ponuka vzdelávacích podujatí Inštitútu bankového vzdelávania NBS, n. o. je dostupná na internetovej adrese <http://www.ibv-nbs.sk>

Ing. Tomáš Sokol, PhD.
riaditeľ
Inštitút bankového vzdelávania NBS, n. o.