

Názov workshopu:

Aby som v živote nestál na mieste

Aj trpezlivosť má svoje hranice

Ako sa nezbláznit' a zvládať stres?

Efektívne učenie

Hovor tak, aby som Ti rozumel

Kritika, ktorá (ne)ničí

Kto som v očiach iných?

Máme doma „pubertáka“

Od nápadu k realite

"Potrebujem Cirkev?"

Ruka v ruke

Štúdium v zahraničí - ako na to?

Tvoj čas je v Tvojich rukách

Viac možností po škole

Ženský a mužský svet - vzdialené a zároveň blízke

Obsah témy:	Lektor:
Ako si vytvoriť akčný plán a pracovať na dosiahnutí vlastných cieľov? Ako si stáť za vlastnými nápadiami?	Jaroslav Dodok
Deti sú radosť, ale občas dokážu skúšať našu trpezlivosť. Ako zvládať náročné situácie s malými deťmi do 6 rokov?	Zuzana Šareková
Praktický workshop o tom, čo je to vlastne stres? Ako vzniká? Ako ľahšie zvládnuť prácu v strese? Ako minimalizovať stres? Ako si zachovať „chladnú hlavu“ v stresových situáciách?	Tatiana Lesayová
Praktický workshop o tom, aké sú možnosti a techniky efektívneho učenia... Ako sa učiť? Ako vyberať informácie? Ako si ľahšie zapamätať veľké množstvo teórie? Ako sa ľahšie sústrediť?	Jarmila Lipková
Spoznať spôsoby, ako zlepšiť vzájomnú komunikáciu. Ako komunikovať s porozumením?	Jaro Dodok
Ako prijímať a spracovávať kritiku tak, aby sa stala prostriedkom môjho osobného rastu?	Pavol Strežo
To ako sa vnímame sami je mnohokrát odlišné od toho, ako nás vidia iní. Ako sa vnímam? Ako som vnímaný?	Barbora Babicová
Ako porozumieť mladým v puberte? Čo prežívajú? Ako myslia? Čo riešia? Ako stanoviť hranice, ale zároveň im nechať slobodu v názoroch? Ako nevybuchnúť, keď majú iný názor ako ja?	Terka a Peter Maretovci
Praktický workshop o tom, ako nenechať svoje nápady iba v hlave. Ako prejsť svoju kreativitu a ukázať čo dokážeš? Ako posudzovať svoje nápady a rozpoznať ich potenciál? Ako sa „predať“? Ako zo svojho hobby urobiť zamestnanie? Ako rozbehnúť svoj nápad? Ktorým chybám sa vyhnúť? Aké kroky treba urobiť?	Jaroslav Červinka
Načo Ježiš ustanovil Cirkev? Patríť do Cirkvi, keď je zmietaná toľkými škandálmi? Keď verím v Boha, potrebujem Cirkev? Čo mi môže dať? Mám z toho aj niečo VIAC, ako len príkazy, ktoré ma obmedzujú?	Pavol Strežo
Láska, sebahodnota, čistota vo vzťahu... Ako byť schopný nadväzovať a žiť zdravé vzťahy? Prečo nebrať to, že nikoho nemám ako hendikep? Existuje správny čas na to, kedy vstúpiť do vzťahu?	Eva Izraelová
Praktický workshop o tom, aké sú možnosti štúdia v zahraničí? Pre koho je vhodné štúdium v zahraničí? Čo všetko je k tomu potrebné? Akú školu si vybrať? Podľa čoho? V ktorom štáte? Ako sa dostať na vysnívanú zahraničnú školu? Čím sa líši štúdium v jednotlivých krajinách? Čo môže dať štúdium mladým do budúcnosti? Čo všetko obnáša štúdium v zahraničí aj mimo školy? Na čo sa treba pripraviť? Čo môžeš zažiť, a prečo to skúsiť? Čo mi môže dať zahraničné štúdium vo vzťahu k vlastnej krajine a k hodnote Slovenska?	Mária Jaššová
Praktický workshop o tom, ako pracovať so svojím časom. Ako Vám time management môže uľahčiť prácu? Ako efektívne plánovať a využiť svoj čas na maximum?	Ivan Zat'ko

Praktický workshop o tom, aké možnosti majú mladí ľudia po ukončení Strednej školy. O tom, že ísť na Vysokú školu „alebo „do sveta“ nie je jediná cesta. Ako sa správne rozhodnúť? Ako si vybrať „tú správnu cestu“? Ako svoje rozhodnutia obhájiť pred rodičmi? Aké sú výhody a nevýhody jednotlivých možností? Aké dôsledky majú jednotlivé rozhodnutia?

Jaroslav Červinka

Muži a ženy rozdielne myslia, cítia a komunikujú. Vedia prijať vzájomné odlišnosti? Môžu byť spolu šťastní, napriek všetkým protikladom?

Eva Izraelová, Pavel Izrael

Čas:	Miesto:
8:30 - 10:30	Gymnázium Martina Hattalu
8:30 - 10:30	SINAJ City Hub
16:30-18:30	Gymnázium Martina Hattalu
11:00 - 13:00	Gymnázium Martina Hattalu
16:30-18:30	Gymnázium Martina Hattalu
8:00 - 9:30	Gymnázium Martina Hattalu
8:30-10:30	Gymnázium Martina Hattalu
16:30-18:30	SINAJ City Hub
11:00 - 13:00	Gymnázium Martina Hattalu
9:30-11:00	Gymnázium Martina Hattalu
11:00 - 13:00	Gymnázium Martina Hattalu
13:00 - 15:00	Gymnázium Martina Hattalu
16:30-18:30	Gymnázium Martina Hattalu

8:30 - 10:30

Gymnázium Martina
Hattalu

16:30 - 18:30

SINAJ City Hub