

PROGRAM

spotkania pn.

Małopolskie kobiety wyjątkowe i gospodarne – U NAS DZIEŃ KOBIET TRWA CAŁY ROK!

26 kwietnia 2026 r. (niedziela)

Stara Zajezdnia Kraków, ul. Św. Wawrzyńca 12, 31-060 Kraków

10:00 - 11:00 Rejestracja uczestników.

11:00 - 11:30 Przywitanie uczestników – Łukasz Smółka, Marszałek Województwa Małopolskiego.

11:30 - 13:00 Zarządzaj czasem i zadaniami zanim one zaczną zarządzać Tobą! cz. I –
prof. AWSB dr Krystian Dudek.

Czas nieubłaganie płynie. Coraz częściej będąc aktywnym zawodowo i społecznie mamy poczucie przeciążenia zadaniami, co wywołuje stres, prowadzi do niższej efektywności i wypalenia.

Masz swoją listę "do zrobienia", która nigdy się nie kończy? Demotywujesz się tym, że odczuwasz chaos, próbując opanować przytłaczającą Cię liczbę spraw do załatwienia? Praca, rodzina, działalność społeczna?

Poznaj porcję metod ułatwiających planowanie i organizację Twojego czasu pracy - wybierz pasujące Tobie, połącz je z zasadami skutecznej komunikacji i... poczuj ulgę.

A następnie podziel się swoimi sprawdzonymi metodami z najbliższymi, dziećmi, wnukami czy koleżankami i kolegami z pracy – niech też mają łatwiej 😊

Zarządzaj zadaniami i czasem, by nie okazało się, że one zarządzają Tobą.

13:00 – 14.00 Lunch.

14:00 - 15:30 - Zarządzaj czasem i zadaniami zanim one zaczną zarządzać Tobą! cz. II -
prof. AWSB dr Krystian Dudek.

15.30 - 15:45 Przerwa kawowa.

15:45 – 17:00 Występ Kabaretu Śleboda