

## SKUTECZNA W KAMPANII

### Bezpłatne szkolenia dla kandydatek do samorządu

Jeśli kandydujesz do samorządu i...

- chcesz się czuć pewniejsza w trakcie kampanii
- chcesz lepiej występować i wypowiadać się publicznie
- chcesz być skuteczniejsza w trakcie debat, spotkań, udzielania wywiadów
- chcesz być dla swoich wyborców wiarygodną kandydatką

**to szkolenie jest dla Ciebie!**

#### KORZYŚCI

- Przeanalizujemy Twoje mocne i słabe strony w autoprezentacji, przygotujemy do spotkań i wystąpień.
- Ułożymy wiarygodną „wizytówkę” – ustalimy, jak się przedstawiać.
- Wskażemy, co może stanowić Twoje polityczne CV, nawet jeśli nie masz politycznego doświadczenia.
- Wskażemy, jak radzić sobie z technikami manipulacji w dyskusji (ignorowanie, umniejszanie, odbieranie znaczenia, pytania z tezą, itp.)

#### CELE

Celem szkolenia jest rozwijanie pewności siebie i Twojego osobistego potencjału jako kandydatki do samorządu, a także rozwijanie umiejętności autoprezentacyjnych, które służą prowadzeniu skutecznej kampanii wyborczej.

#### PROGRAM

Szkolenie w formie warsztatu trwa dwa dni – 16 godz. Zaprosimy Cię do nagrania krótkiej „wizytówki”, symulacji wywiadu/spotkania/debaty, analizy studiów przypadku. Stworzymy przestrzeń na pracę indywidualną – m.in. nad własnym przekazem. Wiedzę będziemy przekazywać podczas krótkich prezentacji.

Warsztat wykorzystuje nasze 10-letnie doświadczenie w prowadzeniu szkoleń z zakresu: wystąpień publicznych, umiejętności skutecznej argumentacji oraz szkoleń medialnych.

#### DLACZEGO TYLKO DLA KOBIEC

- Kobiety są w trakcie kampanii narażone na dyskryminację – mogą być traktowane stereotypowo, protekcjonalnie lub marginalizowane. To odbiera siłę! Uczymy, jak sobie z tym radzić.
- Kobiety-kandydatki mają zwykle mniej doświadczenia, uznawanego za „polityczne”. Odkrywamy to, co może stanowić Twój polityczny potencjał!
- Przedwyborcze szkolenia dla kobiet są jednym z najbardziej powszechnych narzędzi zwiększania udziału kobiet w życiu publicznym na świecie.
- Warsztatowa praca w grupie kobiecej wzmacnia i motywuje, dodaje odwagi.

#### INICJATORKI I ORGANIZATORZY

Projekt jest autorskim przedsięwzięciem trenerek Idee Zmiany ([www.idealzmiany.pl](http://www.idealzmiany.pl)). Wyniknął z potrzeby wzmacniania kobiet w życiu publicznym. Realizujemy go dzięki wsparciu i we współpracy z Siecią SPLOT ([www.siecspot.pl](http://www.siecspot.pl)).

#### PROWADZĄCE

**Małgorzata Borowska** – trenerka umiejętności społecznych sześciolatnim doświadczeniem. Doświadczenie dotyczące kampanii wyborczych przywiozła ze stażu w brytyjskiej Izbie Lordów, gdzie przygotowywała argumentację do wystąpień Partii Konserwatywnej współpracowała przy programie mentorskim dla kobiet-kandydatek „Women2Win”. Jest dziennikarką „w stanie spoczynku” – pracowała w Polskim Radiu Pomorza i Kujaw. Przez pięć ostatnich lat prowadziła zajęcia ze skutecznej argumentacji w Stowarzyszeniu Szkoła Liderów.

**Maja Branka** – trenerka i konsultantka z dziesięcioletnim doświadczeniem. Była szefową sztabu wyborczego podczas kampanii samorządowej. Specjalizuje się m.in. w szkoleniach z wystąpień publicznych – uczy jak skutecznie występować i prowadzić prezentacje. Przez 6 lat opracowywała i prowadziła programy rozwojowe i przywódcze dla kobiet (Akademia Równości Kobiet, Akcja Akacja, Instytut Przywództwa Kobiet), realizowane m.in. w Polsce, Kosowie i Gruzji. Założyła i prowadzi firmę Idea Zmiany.

**Marta Rawłuszko** – trenerka i konsultantka w zakresie równości płci i programów na rzecz kobiet. Absolwentka Szkoły Trenerów Biznesu Grupy TROP, prowadzi szkolenia rozwijające umiejętności miękkie dla administracji publicznej oraz organizacji pozarządowych. Autorka programów szkoleniowych dotyczących autoprezentacji i skutecznej argumentacji, realizowanej w Instytucie Liderów w Krakowie oraz podczas Polonijnych Szkół Liderów Europy Zachodniej.

**Dominika Cieślikowska** – psycholożka, trenerka umiejętności psychospołecznych. Specjalizuje się w pracy z grupami kobiecymi w dziedzinie rozwoju kompetencji zawodowych, osobistych, liderek, przygotowując do aktywnego uczestnictwa w sferze publicznej (szkolenia motywacyjne, planowanie kariery, wystąpienia publiczne, autoprezentacje w świecie biznesu, polityki, mediach) Uczestniczyła w programach dla kobiet w Polsce, Gruzji i Kosowie.

## WARUNKI UDZIAŁU

Pierwszeństwo w szkoleniach będą miały kobiety z małych miejscowości oraz kandydujące po raz pierwszy. Warunkiem przyjęcia na szkolenie jest deklaracja, a następnie rzetelna **obecność podczas dwóch dni zajęć**.

Szkolenie jest bezpłatne, nie pokrywamy jednak kosztów dojazdu, noclegu oraz wyżywienia w trakcie szkolenia.

## JAK SIĘ ZGŁOSIĆ

Szczegóły dotyczące terminu i miejsca szkolenia **w Twoim mieście** znajdują się na stronach internetowych Ośrodków Sieci SPLOT.

1. Wejdź na stronę Ośrodka
2. Sprawdź termin szkolenia
3. Pobierz formularz zgłoszeniowy
4. Prześlij go na adres podany na stronie
5. Poczekaj na potwierdzenie udziału

Sprawdź termin! Pobierz formularz zgłoszeniowy! Zgłoś się:

Poznań, [www.pisop.org.pl](http://www.pisop.org.pl)

Słupsk, [www.cio.slupsk.pl](http://www.cio.slupsk.pl)

Białystok, [www.owop.org.pl](http://www.owop.org.pl)

Opole, [www.ocwip.pl](http://www.ocwip.pl)

Kraków, [www.bis-krakow.pl](http://www.bis-krakow.pl)

Elbląg, [www.eswip.pl](http://www.eswip.pl)

Wrocław, [www.rcwip.pl](http://www.rcwip.pl)

Lublin, [www.hf.org.pl](http://www.hf.org.pl)

Łódź, [www.opus.org.pl](http://www.opus.org.pl)

Do zobaczenia!