



Published on *Gmina Potęgowo* (<https://potegowo.pl>)

Home > Webinarium pn. Kobieta w „koronie” – wykorzystaj dobrze czas i zrealizuj swoje cele

---

## Webinarium pn. Kobieta w „koronie” – wykorzystaj dobrze czas i zrealizuj swoje cele



04.03.2021

Lokalny Punkt Informacyjny Funduszy Europejskich w Słupsku zaprasza na bezpłatne webinarium wszystkie Panie planujące rozwój zawodowy oraz szukające nowych wyzwań w tym niełatwym czasie.

### Miejsce i termin spotkania:

Webinarium odbędzie się **17 marca 2021r. w godz. 12:00 - 14:00** w aplikacji <https://clickmeeting.com/pl> [1]

W programie webinarium m.in.:

- Jak skorzystać ze środków Funduszy Europejskich na założenie własnej działalności gospodarczej, studia podyplomowe, kursy, szkolenia.
- **Dieta emocjonalna - Zadbaj o swoje potrzeby i emocje.** W czasie koronawirusa, nadmiaru informacji, bodźców, emocji warto już dzisiaj przejść na **dietę Emocjonalną**. Pani Agnieszka Maruda - Sperczak podpowie jak skomponować unikalną dla siebie dietę emocjonalną w oparciu o zidentyfikowanie ukrytych dotychczas potrzeb.
- **Oddech i relaksacja w Jodze - ćwiczenia.** Pani Izabela Szuba - Jóźwiak zaprosi do wspólnych ćwiczeń. Nauczymy się oddechu jogicznego. Poznamy proste asany i techniki oddechowe na stres, sen i lepszy nastrój.

*Ważne: Przygotuj odrobinę wolnej przestrzeni do ćwiczeń, luźniejszy strój, matę lub koc.*

Warunkiem uczestnictwa w webinarium jest przesłanie wypełnionego formularza zgłoszeniowego na adres [slupsk.pife@pomorskie.eu](mailto:slupsk.pife@pomorskie.eu) [2] do 16 marca 2021r. i otrzymanie potwierdzenia mailowego od organizatora.

Link do webinarium zostanie wysłany w osobnej wiadomości najpóźniej w dniu wydarzenia tj. (17.03.2021r.)

#### **Organizator webinarium:**

Lokalny Punkt Informacyjny

Funduszy Europejskich w Słupsku

tel.: 59 714 18 44, 59 714 18 45

e-mail: [slupsk.pife@pomorskie.eu](mailto:slupsk.pife@pomorskie.eu) [2]

Projekt współfinansowany z Funduszu Spójności Unii Europejskiej w ramach Programu Pomoc Techniczna 2014-2020.

#### **Do pobrania:**

|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| formularz_zgloszeniowy_17.03.2021.doc | [3] |
| program_17.03.2021.docx               | [4] |

---

**Source URL:** <https://potegowo.pl/en/node/3416?date=2026-06>

#### **Links**

[1] <https://clickmeeting.com/pl>

[2] <mailto:slupsk.pife@pomorskie.eu>

[3] [https://potegowo.pl/sites/default/files/formularz\\_zgloszeniowy\\_17.03.2021.doc](https://potegowo.pl/sites/default/files/formularz_zgloszeniowy_17.03.2021.doc)

[4] [https://potegowo.pl/sites/default/files/program\\_17.03.2021.docx](https://potegowo.pl/sites/default/files/program_17.03.2021.docx)