

# PEZSGÓ ESTÉK

## SZILY NÓRÁVAL

### Időpontok és témák:

**2018. október**

*Ami mindennek az alapja: az önismeret...*

*Elcsépett már a szó? Szerintem is. Töltsük meg újra tartalommal.*

**2018. november**

*Boldogság vagy elégedettség?*

*Ha mindkettőt megéled, tudod a választ. Vagy nem?*

**2018. december**

*Burnout – amikor már "semminek sincs értelme".*

*Csak az tud kiégni, aki képes szenvedéllyel lángolni.*

*De vajon törvényszerű-e a burn-out?*

**2019. január**

*Szabad-e önzőnek lennem?*

*Kötéltánc a megfelelési kényszerek között...*

**2019. február**

*Hogyan mondjunk NEM-et lelkiismeret-furdalás nélkül?*

*A nemet mondás művészete tanulható!*

**2019. március**

*Halogatás? VÉGE!*

*A legjobb időpont a "MOST"! Hidd el,*

*elbúcsúzhatsz a folyamatos lelkiismeret-furdalástól.*

**2019. április**

*A hatáskeltés és a kapcsolatteremtés titkai.*

*Az együttérzés és a kíváncsiság harmóniája.*

**2019. május**

*Sikerek és kudarcok hullámmása és megélése*

*Az életünk nem diadalmenet, az idő múlik,*

*de nem mindegy hogyan telik.*

**2019. június**

*Az életút és karriertervezés GPS-e.*

*Ha váltánál, vagy rákapcsolnál, erre szükséged lesz...*

*Kezedbe adom a térképet.*



**SZOLNOKI SZOLGÁLTATÁSI SZAKKÉPZÉSI CENTRUM**

**HELYSZÍN: 5000 SZOLNOK, BÉLA KIRÁLY U 4.**

**RÉSZVÉTEL INGYENES**

**JELENTKEZÉS: [projektiroda@szoszolg.hu](mailto:projektiroda@szoszolg.hu),**  
vagy személyesen a Projektiroda munkatársainál (5000 Szolnok, Béla király u. 4.)