

## **Pozvánka na vzdělávací seminář Asociace turistických informačních center ČR**

Vážené kolegyně,  
Vážení kolegové,

dovolujeme si vás pozvat na vzdělávací workshop určený pro pracovníky informačních center na téma:

### **SEBEDISCIPLÍNA: Jak se naučit posilovat svoji vůli?**

Workshop se uskuteční dne 6. června 2016 od 9:00 hod. v Jihlavě.

Cílem workshopu je naučit se snižovat míru prokrastinace, chorobného odkládání úkolů a povinností. Zjistíte, jak funguje náš mozek z pohledu sebeovládání a vůle. Dozvíte se, jak překonat vrozené či naučené sklony k neefektivitě, jak si efektivně rozvrhnout svůj den, pravidelně odpočívat a udělat výrazně více práce, aniž byste byli více unavení. Kromě nových informací a poznatků nabídne workshop také praktické metody posilování vůle.

Workshop zrealizuje vzdělávací institut GrowJOB, který převádí do praxe aktuální vědecké poznatky z oblasti neurověd a behaviorální ekonomie. Institut pomáhá zlepšovat vnitřní motivaci, efektivitu a spokojenost jednotlivců a lidí ve firmách.

Zakladatelem společnosti je Petr Ludwig, autor bestselleru Konec prokrastinace, který se věnuje boji s chorobným odkládáním úkolů a povinností. Jeho knihy se prodalo 60.000 výtisků, čímž se stala jednou z nejprodávanějších českých knih v historii, také byla přeložena do 6 zahraničních jazyků.

Termín konání:	6. 6. 2016, 9:00 hod.
Místo konání:	Krajský úřad Kraje Vysočina, Jihlava (místnost B-3.16)
Délka trvání:	4 hodiny + diskuse
Maximální počet účastníků:	30

Seminář je financován Asociací turistických informačních center ČR (A.T.I.C. ČR), pro členy A.T.I.C. ČR je zdarma. Nečlenové A.T.I.C. ČR uhradí poplatek ve výši 300,- Kč v hotovosti při prezenci před zahájením semináře.

Svoji účast prosím závazně potvrďte na e-mailové adrese [jana.bohmova@vysocinatourism.cz](mailto:jana.bohmova@vysocinatourism.cz) nejpozději do 15. 4. 2016.

S přáním krásného dne

Jana Böhmová