

# Pozvánka na seminár

Dátum konania : **4.apríl 2014**

Miesto konania : Kerametal, a. s. – zasadacia miestnosť BRK SOPK  
Jašíkova 6, Bratislava - Ružinov

Predmet seminára: **Asertívna komunikácia  
v každom momente**

**Kód seminára: 140404**

Lektor: **Ľubomíra Hnátová , PhD.**  
špecialista v odbore

**Seminár je určený** pre všetkých záujemcov, ktorým záleží na vzťahoch v práci aj v súkromí.

**Ako sa nedať vziať do situácií, v ktorých sa necítíme dobre?**

**Ako sa správať férovo voči sebe i iným?**

**Ako komunikovať v náročných situáciách?**

**Asertívna komunikácia je jednou z možností, ako presadiť svoj názor, nebyť manipulovaný, prijať kritiku, vedieť a povedať i prijať „nie“. Je nástrojom, s pomocou ktorého si môžeme my i náš partner odovzdať v komunikácii informácie bez toho, aby sme stratili sami seba.**

**Účastníci seminára obdržia osvedčenie o absolvovaní seminára.**

## **Program:**

**8.30 hod – 9.00 hod                      Prezentácia účastníkov**

**9.00 hod – cca 14.00 hod**

- **S esom v rukáve - význam asertivity pre zdravý vývoj osobnosti**
- **Asertívne práva a techniky**
- **Stupňovanie asertivity, asertívne obligácie**
- **Ako nemanipulovať a nebyť manipulovaný?**
- **Praktický nácvik asertívnych techník**

**cca 12.00 hod – 12.30 hod              Prestávka, občerstvenie**

**Odborný garant:**

**Mgr.Daniela Grznárik**  
**e-mail: [daniela.grznarik@sopk.sk](mailto:daniela.grznarik@sopk.sk)**  
**tel.č. 02/48291297**  
**fax: 02/48291260**

# Bratislavská regionálna komora SOPK

IČO:30842654, IČ DPH: SK2020815236

Jašíkova 6, 826 73 Bratislava 29, tel.: 02/48291 297; fax: 02/48291260

e-mail: daniela.grznarik@sopk.sk

---

## Závazná prihláška

**Seminár: Asertívna komunikácia v každom momente**

**Kód seminára: 140404**

**Dátum: 4.apríl 2014**

**Miesto: Kerametal, a. s. – zasadacia miestnosť BRK SOPK**  
Jašíkova 6, Bratislava - Ružinov

**Meno, titul:** .....

**Funkcia:** ..... **E-mail:** .....

**Firma:** ..... **Tel.č.** .....

**Adresa, PSČ:** .....

**IČO:** ..... **IČ pre DPH:** .....

**Banka a bankové spojenie:** .....

**Uved'te prosím presnú identifikáciu firmy - potrebné pre vyhotovenie faktúry!**

Potvrdzujeme účasť na seminári a úhradu účastníckeho poplatku vo výške :

**Člen SOPK: 72 € (60 € + DPH) / Nečlen SOPK : 84€ (70 € + DPH)**

*/zakrúžkujte platbu podľa členstva/*

1. prevodom na účet BRK SOPK Bratislava vo VÚB Bratislava-Ružinov,  
**číslo účtu 36733062/0200, VS: 140404, ŠS : IČO spoločnosti**

**Závaznú prihlášku a doklad o zaplatení poplatku *láskavo* odošlite/odfaxujte /odmailujte čo najskôr na uvedenú adresu pred termínom konania seminára.**

**Svojím podpisom zároveň udeľujem súhlas so zasielaním informácií o aktivitách BRK SOPK.**

Zaslaním svojej prihlášky súhlasím v zmysle zákona Zák. č.122/2013 Z.z. o ochrane osobných údajov v znení neskorších predpisov so spracovaním mojich osobných údajov uvedených v prihláške subjektom Slovenská obchodná a priemyselná komora ( ďalej SOPK ). Tieto údaje môžu byť spracované výlučne pre účely aktivít realizovaných prostredníctvom SOPK

**Dátum:**

**Pečiatka a podpis:**

## ORGANIZAČNÉ POKYNY

- Termín konania:** 4.apríl 2014
- Uzávierka prihlášok:** 3.apríl 2014
- Miesto konania:** **Kerametal, a. s.–zasadacia miestnosť BRK SOPK**  
Jašíkova 6, Bratislava - Ružinov
- Organizačný garant:** Veronika Remiášová  
Jašíkova 6, 826 73 Bratislava  
tel: 02/48291257  
fax: 02/48291260  
e-mail: [sopkrkbl@sopk.sk](mailto:sopkrkbl@sopk.sk)
- Potvrdenie účasti:** Registrácia vašej účasti bude akceptovaná po obdržaní riadne vyplnenej a podpísanej prihlášky. Prihláška sa doručením považuje za záväznú.
- Účastnícky poplatok:** ČLEN SOPK..... 60 € bez DPH  
NEČLEN SOPK..... 70 € bez DPH  
V poplatku je zahrnuté aj občerstvenie počas seminára.
- Storno:** Účastnícky poplatok sa pri neúčasti nevracia, seminára sa môže zúčastniť iný zástupca spoločnosti. Organizátor si vyhradzuje právo zrušiť seminár prípadne presunúť na iný termín v prípade náhleho ochorenia lektora alebo ak sa seminár nemôže uskutočniť z iného organizátorom vopred nepredvídateľného dôvodu.
- Upozornenie:** **SOPK je platcom DPH.**