

**PROGRAM SZKOLENIA DLA OŚRODKÓW WSPARCIA EKONOMII SPOŁECZNEJ**

 <p>Śląska ekonomia społeczna Współpraca się opłaca</p>	Temat szkolenia:	<b>Sztuka udanych wystąpień publicznych</b>
	Data:	25 września 2025 r.
	Miejsce:	Katowice
Łączna liczba godzin szkolenia:	6 godz. dydaktycznych	
<b>9:30 – 9:45</b>	<b>Rejestracja uczestników – bufet kawowy</b>	
9:45 – 12:45	<p><b>Część I: Podstawy skutecznych wystąpień publicznych:</b> Wprowadzenie do tematu – najczęstsze wyzwania w wystąpieniach</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Głos i dykcja – krótkie ćwiczenia praktyczne,</li> <li>• Mowa ciała, gestykulacja, postawa – jak nasz wygląd wpływa na odbiór,</li> <li>• Budowanie pewności siebie, zarządzanie stresem i treścią,</li> <li>• Struktura wypowiedzi – jak mówić logicznie, spójnie i interesująco,</li> <li>• Wpadki i trudne sytuacje – jak reagować i nie stracić wiarygodności.</li> </ul>	
<b>12:45 – 13:15</b>	<b>Przerwa obiadowa</b>	
13:15 – 14:45	<p><b>Część II: Wystąpienia w nowoczesnych formatach:</b> Zasady skutecznych prezentacji online (technika, zachowanie, głos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wystąpienia w mediach – kluczowe zasady kontaktu z dziennikarzami,</li> <li>• Symulacje: udane vs. nieudane wystąpienia – analiza przykładów,</li> <li>• Q&amp;A – pytania i refleksje uczestników.</li> </ul>	