



Sarajevo, 20.12.2021. godine

Broj: 06-06-2-1324-2/21

**Vanjskotrgovinska komora Bosne i Hercegovine
Vas poziva na webinar:**

„Unaprijedi sebe i osiguraj više vremena i motivacije za rad”“

koji će biti održan putem Zoom online platforme

29.12.2021. godine od 11:00-13:15

O webinaru

Nauka o izdržljivosti napredovala je do te mjere da pojedinci, timovi i cijele organizacije mogu, uz neke jednostavne intervencije, značajno povećati svoje kapacitete za obavljanje poslova. Većina nas na rastuće zahtjeve na radnom mjestu odgovara produžavanjem radnog vremena, što na nas neizbježno utječe fizički, mentalno i emocionalno. To dovodi do opadanja nivoa angažovanosti, smanjenog fokusa i iznerviranosti, visokih stopa fluktuacije i visokih troškova liječenja među zaposlenima. Kroz rad sa liderima i menadžerima je uočeno, s izuzetnom dosljednošću, da se ovi rukovoditelji tjeraju jače nego ikad da nastave i sve više osjećaju da su na prijelomnoj tački.

Osnovni problem s dužim radnim vremenom je to što je vrijeme ograničen resurs. Energija je druga priča. U fizici je definirana kao radna sposobnost, energija dolazi iz četiri glavna izvora ljudskih bića: tijela, emocija, uma i duha. U svakom od njih, energija se može sistematski proširivati i redovno obnavljati uspostavljanjem specifičnih rituala-ponašanja koja se namjerno prakticiraju i precizno zakazuju, s ciljem da ih učine nesvjesnim i automatskim što je brže moguće. Promjenom svog ličnog ponašanja obezbjeđujemo energiju koja omogućava prostor i vrijeme koje nam je potrebno.

Na webinaru će biti objašnjeno kako upravljati samim sobom da bi optimalno iskoristili energiju koja definiše naše vrijeme i kako unaprijediti performace na poslu i u privatnom životu. Ciljana skupina edukacije su organizacije i pojedinci koji imaju interes da se detaljnije upoznaju sa zahtjevima koji se pred njih postavljaju u smislu ličnog osnaživanja za postizanje viših preformansi.

Predavač na webinaru

Igor Turkušić je strateški intervencionista i čovjek koji svake sedmice prošeta sa nekim od najvećih umova prošlosti, budućnosti, sadašnjosti, bilo da su to doktori medicine, doktori nauka kao prirodnih tako i društvenih. Bilo da su to mistici, filozofi, pjesnici i umjetnici, duhovnjaci, ljudi koji su svojim rukama kreirali produkte i usluge sa kojima su onda dotakli cijeli svijet. Preko 200 predavanja na temu tijela, uma i duha možete naći na njegovom SFWalker YouTube kanalu edukativnog karaktera. Igor Turkušić tokom cijelog svog radnog vijeka kreira programe koji vode do promjene ponašanja u cilju poboljšanja zdravlja i stila života, započevši karijeru u američkom zdravstvenom sistemu, a danas kroz svoj savjetodavni posao SF Walker Coaching. Od programa menadžmenta bolesti, do programa zdravih ponašanja na radnom mjestu, Igor je autor programa individualne promjene Master of Life Awareness, a takođe je i FLOW CODE ambasador.



Kotizacija za učešće na webinaru iznosi **100,00 KM+PDV**, za 2 i 3 polaznika iz iste organizacije odobrava se popust od 10%, a za 4 i više polaznika iz iste organizacije odobren je popust od 15%. U cijenu su uključena stručna predavanja, prezentacije sa webinaru i certifikat o učešću.

Molimo Vas da, ukoliko ste zainteresirani za učešće na webinaru, izvršite prijavu popunjavanjem [online prijavnog obrasca](#) najkasnije do 24.12.2021. godine do 12:00. Nakon izvršene prijave, neophodne informacije za uplatu kotizacije će biti dostavljene svim prijavljenim učesnicima. Neposredno prije početka edukacije učesnici će dobiti link za pristup webinaru. Za sve dodatne informacije možete se obratiti na telefon: 033/566-201 i 033/566-200.



Dr.sc. Elma Kovačević-Bajtal

Elma Bajtal
Direktor Instituta za edukaciju

