

Kultūras darbinieku tiešsaistes apmācību programma
ARETĒ 5 soļu pozitīvo ieradumu programma personiskai un profesionālai izaugsmei, produktivitātei un dzīvespriekam

Aicinām piedalīties kultūras darbinieku tiešsaistes apmācību programmā "ARETĒ 5 soļu pozitīvo ieradumu programma personiskai un profesionālai izaugsmei, produktivitātei un dzīvespriekam", kas tiek īstenota sadarbojoties Eiropas Parlamenta deputātei Dacei Melbārdei, Latvijas Nacionālajam kultūras centram un uzņēmējai, komunikācijas stratēģei un ideju ģeneratorei Dagnijai Lejiņai. Piedāvājam iedvesmojošu un iesaistošu pozitīvo ieradumu programmu, kas balstīta personīgos eksperimentos un pozitīvās domāšanas psiholoģijas zinātnē, produktivitātes praktiskos ieteikumos un stoicisma filozofijā, izmantojot pasaulē populāro #bulletjournal kā veiksmes, pašdisciplīnas un iedvesmas atslēgu. Vairāk informācijai: <https://www.arete.guide/arete>

Programmas mērķis

- Veicināt Latvijas kultūras, izglītības un nevalstisko organizāciju darbinieku profesionālo izaugsmi un tālākizglītību.
- Sniegt iedvesmu un zināšanas par pozitīvajiem ieradumiem, kas palīdz laika plānošanā un iepazīstināt ar praktisko #bulletjournal pierakstu metodi.
- Attīstīt personiskās produktivitātes, veiksmes un dzīvesprieka formulu.

Programmas dalībnieki

Latvijas kultūrizglītības iestāžu, kultūras centru, muzeju, bibliotēku darbinieki, pašdarbības kolektīvu vadītāji, nevalstisko organizāciju vadītāji un darbinieki, kā arī Latvijas diasporas kultūras dzīves veidotāji.

Lektori

Uzņēmēja, komunikācijas stratēģe un ideju ģeneratore **Dagnija Lejiņa**
Pozitīvās psiholoģijas izaugsmes trenere, mākslas kritiķe un konsultante **Anda Kļaviņa**

Apmācību programma

Programmā plānotas 5 lekcijas - sarunas ar jautājumu atbilžu sesiju, vienu reizi nedēļā tiešsaistes platformā Zoom.

Lekciju datumi un laiki:

- **26.10. plkst. 11:00–12:30**
- **02.11. plkst. 11:00–12:00**
- **09.11. plkst. 11:00–12:00**
- **23.11. plkst. 11:00–12:00**
- **30.11. plkst. 11:00–12:30**

Pēc katras lekcijas tiks piedāvāti mājas darbi ar #bulletjournal metodi, personības attīstības testi.

Nosacījumi dalībniekiem

Jāpiedalās 75% programmas laikā rīkotajās lekcijās un pēc katras lekcijas jāsniedz atgriezeniskā saite par lekcijas tēmu un metodēm, aizpildot speciālu jautājumu anketu.

Programmas noslēgumā dalībnieki saņems Latvijas Nacionālā kultūras centra apliecību, kas apliecina mācību programmas apguvi.

Pateicoties Eiropas Parlamenta deputātes Daces Melbārdes finansiālajam atbalstam, dalība programmā ir bez maksas!

Dalībnieku pieteikšanās

Pieteikšanās apmācību programmā notiek [līdz 2021. gada 20.oktobrim](#), aizpildot pieteikšanās anketu saitē <https://forms.gle/yeMLM9eUz3KnyFTW8>. Vietu skaits ir ierobežots.

Liels lūgums - lūdzu paturiet prātā, ka piedalīties varētu vēlēties daudzi, tāpēc reģistrējaties, ja patiesi zināt, ka jums būs laiks piedalīties.

Organizatoriskie un tehniskie jautājumi

Apmācību dalībniekiem tiek nodrošināti nepieciešamie mācību materiāli. Lai varētu veiksmīgi piedalīties lekcijās un veikt uzdevumus, nepieciešams stabils interneta pieslēgums, vēlams, austiņas ar mikrofonu, klusa vide.

Papildus informācija

Zanda Zariņa (e-pasts: zanda@lejina.eu)

Ruta Cviklinska (e-pasts: melbarde.kulturai@gmail.com)