

## Konferencja online - Wypalenie w NGO

17.10.2022

# Konferencja online - Wypalenie w NGO



Szanowni Państwo,

Pod koniec września na NGO.pl pojawił się raport dotyczący wypalenia aktywistycznego. Czyli specyficznego rodzaju wypalenia, które dotyka aktywistów politycznych i społecznych. W przestrzeni publicznej mówimy najczęściej o wypaleniu zawodowym. Jednak problemy które spotykają osoby działające w NGO znacząco różnią się od tych, które posiadają inne branże.

Jako Stowarzyszenie Adelfi chcemy otworzyć debatę i nagłośnić problem wypalenia w naszym sektorze. Dlatego zapraszamy Was na konferencję online.

Chcemy by rozbrzmiała dyskusja na ten temat i pokazać, że problem często przemilczany, istnieje. Znajdźmy wspólnie rozwiązania i przyczyny tego stanu rzeczy. Dodatkowo, porozmawiajmy o tym jak możemy zadbać o swoje zdrowie i na co powinniśmy zwracać uwagę?

Zapraszamy na nasze prelekcje i warsztaty.

Każde wystąpienie jest podzielone na dwa etapy.

- 20 minutowej części oficjalnej transmitowanej na platformie Facebook.
- 40 minutowej części zamkniętej (na które obowiązują zapisy!) na platformie ZOOM.

Tak więc jeżeli interesuje was dany temat, nie czekajcie! Liczba miejsc ograniczona.

### **Środa (19.10):**

18:00 - 19:00 Monika Hausman Pniewska- Zaangażowanie społeczne- ścieżka do rozwoju czy wypalenia? Prelekcja i warsztaty. Zapisy: <https://bit.ly/3rUohel>

### **Czwartek (20.10)**

18:00 - 19:00 Marek Budziński- Jak szybko zrestartować układ nerwowy? Proste techniki oddechowe do zastosowania w każdej chwili.

Prelekcja i warsztaty. Zapisy: <https://bit.ly/3es06kh>

19:15 - 20:15 Ula Trubacz- Jak działać, żeby nie zwariować? Zwinne metody zarządzania oraz dzielenie odpowiedzialności.

Prelekcja i warsztaty. Zapisy: <https://bit.ly/3yCqoqL>

### **Piątek (21.10) 19:00**

Dyskusja na temat wypalenia w NGO. Jakie są przyczyny? Jak sobie z nimi radzić? Co musi się zmienić?

W dyskusji wezmą udział:

- Paweł Wilk
- Iwona Olkowicz
- Monika Hausman-Pniewska
- Ula Trubacz

Relacje online znajdziecie na naszym wydarzeniu:

<https://www.facebook.com/events/1121800845209760>

*Materiał: Stowarzyszenie ADELFI*

