

## **Būt gataviem dzīvei pēc krīzes. Kā neiestrēgt haosā un izveidot jaunu komforta zonu?**

Kā attīstīt veselīgu, funkcionālu pašapziņu un spēju pastāvēt reālajā dzīvē, pat ja visi ar izaugsmi saistītie jautājumi vēl nav atrisināti?

Kā apzināties un izmantot svarīgākos iekšējos resursus?

**Semināru vada** Institūta pasniedzējs psiholoģijas doktorants Indulis Paičs.

### **SEMINĀRU STRUKTŪRA**

Ņemot vērā to, ka daudzi cilvēki ikdienā jau tāpat daudz laika pavada pie datoriem, semināri veidoti kompakti, bet saturīgi. Paredzētais semināra garums ir 120 minūtes (esam paredzējuši arī iespēju seminārus īsināt līdz 90 minūtēm). Semināra uzbūve:

- 90 min. lekcija,
- 30 min. jautājumu un atbilžu daļa.

Katra semināra cena 820.00 EUR (bez PVN 21%).

Pasūtot divus seminārus, kopīgā cena 1500.00 EUR (bez PVN 21%).

Pēc vienošanās par datumu un laiku, nosūtīsim saiti uz Institūta *Zoom* platformu. Semināra dalībnieku skaits nav ierobežots. Lēmumu par dalībnieku sastāvu un skaitu pieņem uzņēmuma vadība.

Interesenti aicināti rakstīt uz [juris.rubenis@iii3.lv](mailto:juris.rubenis@iii3.lv)