



Informacja dla organizacji pozarządowych z powiatu mieleckiego

Rusza kolejna edycja szkoleń w ramach projektu „Podkarpacka Platforma Integracji i Komunikacji NGO”. W dotychczasowych warsztatach wzięło już udział 80 osób, a teraz rozpoczyna się rekrutacja na kolejne dwa terminy dla organizacji z naszego regionu!

W ramach szkolenia:

Opanujesz praktyczną obsługę sprzętu oraz nauczysz się tworzyć atrakcyjne materiały multimedialne, wykorzystując proste narzędzia – smartfona i darmowe programy.

Dowiesz się, jak skutecznie wykorzystywać media społecznościowe w NGO – od wyznaczania celów i planowania strategii, po przygotowanie i montaż materiałów promocyjnych.

Poznasz najważniejsze różnice między platformami, aktualne trendy oraz kluczowe zasady skutecznej obecności online – spójność, systematyczność i elastyczność.

Dowiesz się, jakie są psychologiczne podstawy rezyliencji, jakie cechy mają osoby odporne na stres oraz jaki wpływ stres wywiera na naszą zdolność do regeneracji.

Poznasz także znaczenie wsparcia społecznego w budowaniu odporności zespołu. Rozwiniesz swoje umiejętności adaptacyjne oraz wzmocnisz relacje w zespole.

Kompletny pakiet szkoleniowy obejmuje dwa dni szkolenia, w tym: nocleg, pełne wyżywienie, materiały szkoleniowe oraz zaświadczenie o ukończeniu.

Terminy (planowane):

25 – 26 kwietnia 2026 r.

23 – 24 maja 2026 r.

Miejsce: Rzeszów

Szkolenie skierowane jest do zespołów z 7 powiatów województwa podkarpackiego: Dębickiego, Jasielskiego, Kolbuszowskiego, Mieleckiego, Ropczycko-Sędziszowskiego, Rzeszowskiego, Strzyżowskiego.

Zapraszamy grupy liczące od 6 do 12 osób z jednej organizacji pozarządowej!

Udział w szkoleniu jest całkowicie bezpłatny dzięki dofinansowaniu z Unii Europejskiej.

Zapisy przez formularz:



<https://forms.gle/Rcbemk8wNoaTXe816>

Więcej informacji i regulamin znajdziecie tutaj:

<https://fundacjazanim.pl/platforma-integracji/>

Zapraszamy do śledzenia mediów społecznościowych:

Instagram: https://www.instagram.com/centrum_medialne/

Facebook: <https://www.facebook.com/profile.php?id=61583403822136>

W razie pytań prosimy o kontakt pod adresem:

projekt@fundacjazanim.pl

Chcemy wspólnie wzmacniać podkarpackie NGO!



SOCIAL MEDIA | REZYLIENCJA

#SZKOLENIA CZAS START!

KOLEJNA EDYCJA DARMOWYCH
SZKOLEŃ DLA NGO
WYSTARTOWAŁA!

TERMINY:

- 25-26.04
- 23-24.05



PRZESUŃ
W LEWO.
DOWIEDZ
SIĘ WIĘCEJ.



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta



SPRAWDŹ TUTAJ | SPRAWDŹ TUTAJ

**#OBSERWUJ
PO WIĘCEJ!**

**DOŁĄCZ
DO NAS.
BĄDŹ NA
BIEŻĄCO.**



Social Media





SZKOLENIA 2026 | SZKOLENIA 2026

#ZAPISZ SIĘ JUŻ DZIŚ!

TO TEN
MOMENT.
CZAS
DZIAŁAĆ.

DLA KOGO?

- **NGO**
- **POWIATY:** DĘBICKI, JASIELSKI,
KOLBUSZOWSKI, MIELECKI,
ROPCZYCKO-SĘDZISZOWSKI,
RZESZOWSKI,
STRZYŻOWSKI
- **6-12 OSÓB**
Z JEDNEJ
ORGANIZACJI



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta



REZYLIENCJA | REZYLIENCJA

#UTRZYMAJ KONTROLĘ!

REAGUJ
MĄDRZE.
DZIAŁAJ
SKUTECZNIE.

- ELASTYCZNOŚĆ
- RELACJE
- ODPORNOŚĆ
- BALANS
- GRANICE
- NAWYKI



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta



SOCIAL MEDIA | SOCIAL MEDIA

**#DAJ SIĘ
USŁYSZEĆ!**

**BĄDŹ
WIDOCZNY.
BUDUJ
WIZERUNEK.**

- PRZEKAZ
- **CONTENT**
- STORYTELLING
- **FEEDBACK**
- STRATEGIA
- **ALGORYTM**



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta



#MOCNY #SILNA CONTENT MARKA

SOCIAL MEDIA | REZYLIENCJA

DARMOWE
SZKOLENIA
DLA NGO!



ROZWIJAJ
SIEBIE.
WZMACNIAJ
ORGANIZACJĘ.



Fundusze Europejskie
dla Podkarpacia



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

Pliki do pobrania:



- [Kim jesteśmy - Podkarpacka Platforma Komunikacji i Integracji NGO - 19.9 Mb](#)