Darmowe szkolenie Social Media & Rezyliencja w ramach projektu Podkarpacka Platforma Integracji i Komunikacji NGO

Przed nami już OSTATNIE darmowe szkolenie „Social Media & Rezyliencja” w ramach projektu „Podkarpacka Platforma Integracji i Komunikacji NGO”. Do tej pory przeszkolono już 200 osób – czas na ostatnią 40-stkę!

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.

Planowany termin - 5-6 września 2026 r.

Miejsce: Rzeszów - Dębicka 62

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/s7LdKV8ZhuAt5VTv5

Więcej informacji i regulamin znajdziecie tutaj: https://fundacjazanim.pl/platforma-integracji/

Zapraszamy do śledzenia naszych mediów społecznościowych:

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

W razie pytań prosimy o kontakt pod adresem: projekt@fundacjazanim.pl


SPRAWDŹ TUTAJ | SPRAWDŹ TUTAJ
#OBSERWUJ PO WIĘCEJ!
DOŁĄCZ DO NAS. BĄDŹ NA BIEŻĄCO.
FORMULARZ
FACEBOOK
Social Media
STRONA
INSTAGRAM
Fundusze Europejskie dla Podkarpacia
Rzeczpospolita Polska
Dofinansowane przez Unię Europejską
PODKARPACKIE
przestrzeń otwarta

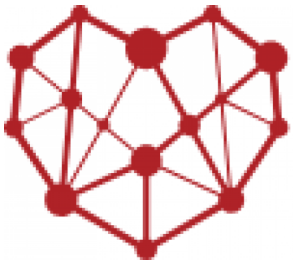

SZKOLENIA 2026 | SZKOLENIA 2026
#ZAPISZ SIĘ JUŻ DZIŚ!
TO TEN MOMENT. CZAS DZIAŁAĆ.
DLA KOGO?
• ORGANIZACJI POZARZĄDOWYCH
• POWIATY: DĘBICKI, JASIELSKI, ROPCZYCKO-SĘDZISZOWSKI, KOLBUSZOWSKI, MIELECKI, STRZYŻOWSKI, RZESZOWSKI,
• 6-12 OSÓB Z JEDNEJ ORGANIZACJI
Fundusze Europejskie dla Podkarpacia
Rzeczpospolita 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 | REZYLIENCJA
#OSTATNIE SZKOLENIE!
Rekrutacja na ostatnie darmowe szkolenie dla NGO z 7 powiatów Województwa Podkarpackiego ruszyła!
5-6.09.2026
RZESZÓW, DĘBICKA 62
1:02
3:50
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





Fundacja
Medyk dla Zdrowia