



**O Ś R O D E K  
T W Ó R C Z E J  
I N T E R W E N C J I**

**Ośrodek Twórczej Interwencji OTI**

31-111 Kraków, Aleja Krasińskiego 9/1

tel. 12 635-83-65 fax: 12 350-63-60

e-mail: [biuro@oti.org.pl](mailto:biuro@oti.org.pl)

[www.oti.org.pl](http://www.oti.org.pl)

serdecznie zapraszamy Państwa do udziału w szkoleniu pn.

***Vademecum Pracownika Ośrodka Pomocy Społecznej  
- wypalenie zawodowe - radzenie sobie ze stresem -  
zarządzanie i komunikacja w oparciu o zasady przeciwdziałania  
mobbingowi i dyskryminacji***

Szkolenie odbędzie się w dniach

**25-28 maja 2025 r. w Zakopanem**

**Hotel BACHLEDA KASPROWY\*\*\*\***

**ul. Szymaszkowa 20**

**[www.kasprowy.pl](http://www.kasprowy.pl)**

SZKOLENIE POPROWADZI:

**dr Monika Polaczek** - doktor nauk humanistycznych, nauczyciel akademicki, certyfikowany coach - Akademia Profesjonalnego Coachingu akredytowana przez Noble Manhattan Coaching, wieloletni wykładowca w Instytucie Filozofii Uniwersytetu Śląskiego (coaching, artcoaching, filozofia), prowadzi zajęcia z komunikacji interpersonalnej, strategii zarządzania stresem i filozofii dla studentów w Wyższej Szkole Planowania Strategicznego w Dąbrowie Górniczej, gościnnie na Uniwersytecie Warszawskim oraz na Uniwersytecie III Wieku pod patronatem Wyższej Szkoły Humanitas w Sosnowcu, członek Rady Dydaktycznej Kierunku Doradztwo Filozoficzne i Caching w Instytucie Filozofii Wydziału Nauk Społecznych Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach, właścicielka i trener w Centrum Szkoleń i Coachingu SiC!, posiada 12 letnią praktykę w zawodzie trenera i wykładowcy dla pracowników sektora finansów publicznych, doskonale zna realia „budżetówki” od strony pracownika, kierownika zespołu, jak i szkoleniowca, stworzyła i administruje portal internetowy zrzeszający ponad 45 tysięcy pracowników jednostek budżetowych pod nazwą „Robię w budżetówce”

**Na wszystkie nasze szkolenia można starać się o finansowanie lub dofinansowanie z Krajowego Funduszu Szkoleniowego KFS**

[www.oti.org.pl](http://www.oti.org.pl)

**25 maja 2025 r. (niedziela)**  
**REJESTRACJA UCZESTNIKÓW**

**Rejestracja uczestników**

**26 maja 2025 r. (środa)**  
godz. 09:00 – 13:00  
prowadzi **dr Monika Polaczek**

**Wypalenie zawodowe Pracowników Ośrodków Pomocy Społecznej - grupa wysokiego ryzyka**

1. Definicja wypalenia zawodowego (wg WHO i badań psychologicznych).
2. Charakterystyka zawodów wysokiego ryzyka – dlaczego OPS są szczególnie narażeni?
3. Etapy wypalenia zawodowego, sygnały ostrzegawcze.
4. Case study – omówienie konkretnych przykładów wyzwań w pracy w Ośrodku Pomocy Społecznej.
5. Stresory związane z pracą w Ośrodku Pomocy Społecznej
6. Trójskładnikowy model wypalenia zawodowego
7. Metody zapobiegania syndromowi *burnout*.
8. Narzędzia diagnostyczne: np. kwestionariusz MBI (Maslach Burnout Inventory).

**27 maja 2025 r. (wtorek)**  
godz. 09:00 – 13:00  
prowadzi **dr Monika Polaczek**

**Zarządzanie i komunikacja w OPS w oparciu o przeciwdziałanie mobbingowi i dyskryminacji**

1. Wprowadzenie do tematu mobbingu:
  - mobbing w znaczeniu prawnym i w znaczeniu psychologicznym;
  - różnica między mobbingiem a konfliktem;
  - statystyki i skutki mobbingu dla jednostki i organizacji
  - klient wymagający;
2. Cechu osobowości sprzyjające mobbingowi:
  - charakterystyka osób podatnych na mobbing;
  - osobowość „mobbera” – kto najczęściej dopuszcza się mobbingu?
  - case studies: jak cechy osobowości mogą wpływać na dynamikę mobbingu w organizacji?
3. Błędy w zarządzaniu sprzyjające mobbingowi.

**27 maja 2025 r. (wtorek) C.D.**

godz. 09:00 – 13:00

prowadzi **dr Monika Polaczek**

## **Zarządzanie i komunikacja w OPS w oparciu o przeciwdziałanie mobbingowi i dyskryminacji C.D.**

4. Niewłaściwa komunikacja jako czynnik ryzyka mobbingu:
  - rodzaje niewłaściwej komunikacji;
  - rola komunikacji w zapobieganiu mobbingowi;
  - jak rozpoznawać nieodpowiednią komunikację?
5. Budowanie zespołu jako element profilaktyki mobbingu:
  - rola lidera w budowaniu zespołu;
  - indywidualna odpowiedzialność członka zespołu za tworzenie pozytywnej atmosfery w pracy;
  - przykłady działań integracyjnych;
  - warsztaty zespołowe, wyjazdy integracyjne, feedback 360°.
6. Mobbing wobec przełożonego – odwrócony mobbing:
  - przyczyny zjawiska mobbingu skierowanego przeciwko przełożonemu;
  - psychologiczne mechanizmy i techniki manipulacyjne stosowane wobec przełożonych;
  - jak lider może rozpoznać i przeciwdziałać odwróconemu mobbingowi?
  - case study: omówienie przykładu z życia zawodowego.
7. Przeciwdziałanie mobbingowi:
  - tworzenie polityk antymobbingowych w OPS;
  - znaczenie superwizji i wsparcia psychologicznego w miejscu pracy.

**28 maja 2025 r. (środa)**

godz. 08:30 – 11:45

prowadzi **dr Monika Polaczek**

## **Strategie walki ze stresem dla pracowników Ośrodków Pomocy Społecznej - zarządzanie stresem, higiena psychiczna, work-life balans oraz niezwykła odpowiedzialność inteligencji emocjonalnej za sukcesy i błędy pracownika Ośrodka Pomocy Społecznej**

1. Definicja stresu i jego roli w życiu zawodowym.
2. Pojęcie higieny psychicznej – dbałość o zdrowie psychiczne w kontekście pracy w OPS.
3. Work-life balance – dlaczego równowaga między życiem prywatnym a zawodowym jest kluczowa?
4. Inteligencja emocjonalna (EQ) – wprowadzenie i znaczenie dla osób zatrudnionych w OPS.
5. Różnica między stresem pozytywnym (eustres), a negatywnym (dystres).
6. Strategie radzenia sobie ze stresem – praktyczne techniki obniżania poziomu stresu.
7. Rola pracodawcy w wspieraniu higieny psychicznej pracowników.
8. Przykładowe wyzwania w osiąganiu równowagi: praca z trudnym klientem i zacieranie granic między „klientem” a „podopiecznym”, oczekiwania społeczne i kultura „bycia zajęтым”.
9. Rola EQ w budowaniu relacji międzyludzkich w pracy.
10. Jak rozwijać własną inteligencję emocjonalną?
11. Współzależność stresu, higieny psychicznej, work-life balance i EQ

# KARTA ZGŁOSZENIA

## KLAUZULA INFORMACYJNA



Ośrodek Twórczej Interwencji OTI

31-111 Kraków, Aleja Krasińskiego 9/1

tel. 12 635-83-65 fax: 12 350-63-60

e-mail: biuro@oti.org.pl

**NAZWA SZKOLENIA:** *Vademecum Pracownika Ośrodka Pomocy Społecznej – wypalenie zawodowe – radzenie sobie ze stresem – zarządzanie i komunikacja w oparciu o zasady przeciwdziałania mobbingowi i dyskryminacji*

**TERMIN:** 25-28 maja 2025 r.

**MIEJSCE:** ZAKOPANE – Hotel KASPROWY\*\*\*\* - ul. Szymaszkowa 20

**PROWADZĄCY:** dr Monika POLACZEK

**DO UDZIAŁU W POWYŻSZYM SZKOLENIU ZGŁASZAM..... OSOBĘ / OSOBY\***

\* proszę podać liczbę osób zgłaszanych do udziału w szkoleniu

### FAKTURĘ PROSZĘ WYSTAWIĆ NA:

NABYWCA:	ODBIORCA:
.....	.....
<b>ADRES:</b> .....	<b>ADRES:</b> .....
.....	.....
<b>NIP:</b> .....	<b>E-MAIL:</b> .....
	<b>TELEFON:</b> .....

Oświadczam, że środki wydatkowane na w/w szkolenie / kurs pochodzą w co najmniej w 70% ze środków publicznych w rozumieniu ustawy o finansach publicznych. Szkolenie ma charakter kształcenia zawodowego. Niniejsze oświadczenie ma na celu możliwość zastosowania stawki zwolnionej VAT zgodnie z art. 43 ust. 1 pkt. 29c ustawy o podatku od towarów i usług z dnia 11 marca 2004 r. z późn. zmianami

.....  
(data, pieczęć, podpis)

Oświadczam, że:

- 1) administratorem danych osobowych osób zgłoszonych do udziału w szkoleniu organizowanego przez Ośrodek Twórczej Interwencji „OTI” w Krakowie jest jednostka samorządu terytorialnego, której dane zostały zamieszczone powyżej;
- 2) administrator jest uprawniony do przekazania danych osobowych osób zgłoszonych do udziału w szkoleniu Ośrodkowi Twórczej Interwencji „OTI” w Krakowie
- 3) z chwilą odbioru danych osobowych osób zgłoszonych do udziału w szkoleniu, administratorem ich danych osobowych w celu umożliwienia im udziału w szkoleniu oraz w celu potwierdzenia ich uczestnictwa po szkoleniu, staje się Ośrodek Twórczej Interwencji „OTI” w Krakowie
- 4) zapoznałam / zapoznałem osoby zgłoszone do udziału w szkoleniu z poniższą informacją dotyczącą przetwarzania danych osobowych w Ośrodku Twórczej Interwencji „OTI” w Krakowie.

.....  
(data, pieczęć, podpis)

Zgłaszający przyjmuje do wiadomości, iż szkolenie organizowane będzie w reżimie sanitarnym, obowiązującym na dzień jego organizacji.

.....  
(data, pieczęć, podpis)

Zgłaszający przyjmuje do wiadomości, że rezygnacja ze szkolenia po obowiązującym terminie (tj. po 4 listopada 2024 r.) wiąże się z koniecznością zapłaty w wysokości 100% kosztu szkolenia

.....  
(data, pieczęć, podpis)

### **KOSZT** szkolenia wynosi **2490 zł** za każda zgłoszona osobę

W CENIE SZKOLENIA: wykłady, materiały, konsultacje, 3 noclegi (zakwaterowanie w pokojach 2-osobowych DELUX), pełne wyżywienie (3 x śniadanie, 3 x obiad, 3 x kolacja, 3 x serwis kawowy), parking hotelowy, basen, siłownia pokoje 1-osobowe dodatkowo płatne – 700 zł – konieczna wcześniejsza rezerwacja (najpóźniej do dnia 5 maja 2025 r.)

Pokoje DELUX (z balkonem i widokiem na Tatry) dodatkowo płatne - 200 zł – konieczna wcześniejsza rezerwacja

W przypadku rezygnacji ze szkolenia w terminie krótszym niż 21 dni od dnia rozpoczęcia szkolenia (tj. po 5 maja 2025 r.)

jednostka zgłaszająca ponosi 100% odpłatności za szkolenie tj. 2490 PLN – niezależnie od powodu rezygnacji

Organizator zastrzega sobie możliwość zmiany wykładowcy z przyczyn od niego niezależnych. Kolejność omawianych zagadnień może ulec zmianie.



## INFORMACJA DOTYCZĄCA PRZETWARZANIA DANYCH OSOBOWYCH W OŚRODKU TWÓRCZEJ INTERWENCJI

### Co powinna Pani/Pan wiedzieć o RODO?

RODO to Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE, tzw. ogólne rozporządzenie o ochronie danych. Ponieważ zbieramy Pani/Pana dane osobowe, mamy obowiązek poinformować Panią/Pana o przetwarzaniu Pani/Pana danych osobowych.

### Kto przetwarza Pani/Pana dane osobowe?

Administratorem Pani/Pana danych osobowych jest Katarzyna Adamska Ośrodek Twórczej Interwencji „OTI” w Krakowie pod adresem: al. Zygmunta Krasińskiego, nr 9, lok. 1, 31-111 Kraków, NIP: 9451806951, REGON: 351611217.

### W jakim celu Pani/Pana dane osobowe są przetwarzane?

Pani/Pana dane osobowe będą przetwarzane w celu umożliwienia Pani/Panu udziału w szkoleniach organizowanych przez Ośrodek Twórczej Interwencji „OTI” w Krakowie w ramach współpracy z **Instytucją Samorządową, która zgłasza Panią/Pana na szkolenie- Pani/Pana Pracodawcą, zgodnie z przesłaną do nas KARTĄ ZGŁOSZENIA**, w tym również w celu umożliwienia potwierdzenia Pani / Pana uczestnictwa w szkoleniach po ich zakończeniu, jak również w celu wykazania spełnienia warunków zwolnienia z podatku, zgodnie z art. 43 ust. 1 pkt. 29c ustawy o podatku od towarów i usług z dnia 11 marca 2004 r. z późn. zm.

Pani/Pana dane osobowe będą przetwarzane na podstawie art. 6 ust. 1 lit. f) ogólnego rozporządzenia o ochronie danych, a w zakresie w jakim dane osobowe przetwarzane są w celu wykazania spełnienia warunków zwolnienia z podatku, zgodnie z art. 43 ust. 1 pkt. 29c ustawy o podatku od towarów i usług z dnia 11 marca 2004 r. z późn. zm. Na podstawie art. 6 ust. 1 lit. C) ogólnego rozporządzenia o ochronie danych. Otrzymaliśmy Pani/Pana dane z **Instytucji Samorządowej, która zgłasza Panią/ Pana na szkolenie – od Pani/Pana Pracodawcy, zgodnie z przesłaną do nas KARTĄ ZGŁOSZENIA (ZGŁASZAJĄCY)**.

Będziemy przetwarzać Pani/Pana dane osobowe następujących kategorii: [imię, nazwisko, stanowisko, adres pracodawcy, adres e-mail pracodawcy, numer telefonu pracodawcy, numer NIP pracodawcy].

Prawnie uzasadnionym interesem Administratora jest przetwarzanie Pani/Pana danych osobowych w celu umożliwienia Pani/Panu udziału w szkoleniach organizowanych przez Ośrodek Twórczej Interwencji „OTI” w Krakowie w ramach współpracy z **Instytucją Samorządową, która zgłasza Panią/Pana na szkolenie – Pani/Pana Pracodawcą, zgodnie z przesłaną do nas KARTĄ ZGŁOSZENIA**, w tym również w celu umożliwienia potwierdzenia Pani/Pana uczestnictwa w szkoleniach po ich zakończeniu.

Pani/Pana dane osobowe nie będą podlegały zautomatyzowanemu podejmowaniu decyzji, w tym profilowaniu.

### Komu Pani/Pana dane osobowe są przekazywane?

Odbiorcami Pani/Pana danych osobowych mogą być nasi Partnerzy, świadczący dla nas usługi księgowe, podatkowe, audytorskie, prawne, informatyczne, pocztowe, drukarskie i kurierskie, a także banki i operatorzy płatności, ale tylko w celu umożliwienia Pani/Panu udziału w szkoleniach, a także organy publiczne, które zwrócą się do nas o przekazanie Pani/Pana danych osobowych, w oparciu o obowiązujące przepisy prawa.

Pani/Pana dane osobowe nie będą przekazywane do państw spoza Unii Europejskiej. W przypadku, gdyby pojawiła się potrzeba przekazania Pani/Pana danych osobowych do państwa spoza Unii Europejskiej, poinformujemy Panią/Pana o zamiarze przekazania danych osobowych oraz o spełnieniu wymogów ogólnego rozporządzenia o ochronie danych w tym zakresie, a gdyby na przekazanie danych osobowych do państwa spoza Unii Europejskiej wymagana była Pani/Pana zgoda, przed przekazaniem danych osobowych zwrócimy się o wyrażenie przez Panią/Pana takiej zgody.

### Jak długo przechowujemy Pani/Pana dane osobowe?

Pani/Pana dane osobowe będą przechowywane przez okres realizacji celów, o których poinformowaliśmy Panią/Pana powyżej, tj. przez okres do zakończenia szkolenia oraz jeszcze przez okres 3 lat w celu umożliwienia potwierdzenia Pani/Pana uczestnictwa w szkoleniu. Po tym czasie niektóre dane będą przechowywane w formie archiwalnej, tak długo, jak jest to dopuszczalne zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa, w tym w szczególności mogą być przechowywane do upływu terminów przedawnienia roszczeń związanych ze świadczonymi przez nas usługami szkoleniowymi, a pozostałe dane zostaną niezwłocznie trwale usunięte. Dane osobowe przetwarzane w celu wykazania spełnienia warunków zwolnienia z podatku, zgodnie z art. 43 ust. 1 pkt. 29c ustawy o podatku od towarów i usług z dnia 11 marca 2004 r. z późn. zm., przetwarzane są przez okres 5 lat licząc od końca roku kalendarzowego, w którym upływałby termin płatności podatku.

### Jakie ma Pani/Pan prawa w związku z przetwarzaniem Pani/Pana danych osobowych?

Ma Pani/Pan prawo dostępu do treści swoich danych, prawo ich sprostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania oraz prawo do przenoszenia danych. Aby skorzystać z powyższych praw może Pani/Pan skontaktować się z nami za pośrednictwem e-mail na adres: [zapomnijimnie@oti.org.pl](mailto:zapomnijimnie@oti.org.pl), ale też w inny wybrany przez Panią/Pana sposób, w tym ustnie lub pisemnie.

Ma Pani/Pan prawo wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania Pani/Pana danych osobowych. Aby wnieść sprzeciw może Pani/Pan skontaktować się z nami za pośrednictwem e-mail na adres: [zapomnijimnie@oti.org.pl](mailto:zapomnijimnie@oti.org.pl), ale też w inny wybrany przez Panią/Pana sposób, w tym ustnie lub pisemnie.

Ma Pani/Pan prawo wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, jeżeli uzna Pani/Pan, że przetwarzanie przez nas Pani/Pana danych osobowych narusza przepisy ogólnego rozporządzenia o ochronie danych lub inne obowiązujące przepisy, dotyczące przetwarzania danych osobowych.

LP.	IMIĘ I NAZWISKO UCZESTNIKA SZKOLENIA (DRUKOWANE LITERY)	STANOWISKO

.....  
data i podpis osoby zgłaszającej

.....  
pieczęć nagłówkowa jednostki zgłaszającej



**JEDNOSTKA - Europejskie Centrum Jakości i Promocji Sp. z o.o.**

Niniejszym potwierdza się, że organizacja:

**Katarzyna Adamska**  
**OŚRODEK TWÓRCZEJ INTERWENCJI "OTI"**  
**Aleja Zygmunta Krasińskiego 9/1, 31-111 Kraków**

posiada wdrożony System Zarządzania Jakością w oparciu o normę

**PN-EN ISO 9001:2015-10**

Na podstawie decyzji z dnia 14.08.2024 r. stwierdza się, że System Zarządzania Jakością został oceniony pozytywnie.

Zakres certyfikacji:

**Organizacja i prowadzenie szkoleń, kursów oraz konferencji dla pracowników organów administracji publicznej, sędziów, kuratorskiej służby sądowej, służb mundurowych i osób fizycznych.**

Wyłączenia: brak

Data wydania certyfikatu: 14.08.2024 r.

Certyfikat ważny do: 13.08.2027 r.

**Numer certyfikatu: 14/08/2024/TS/WA/1622/13**

Audyt nadzoru należy przeprowadzić przed: 13.08.2025 r.

Kolejny audyt nadzoru przed: 13.08.2026 r.

Niniejszy Certyfikat jest ważny tylko w przypadku pozytywnego wyniku audytu nadzoru przeprowadzanego przez Organizację ECJIP oraz pod warunkiem przestrzegania wytycznych Jednostki



**Tomasz Stańczyk**

Dyrektor Departamentu Weryfikacji Jakości



ACCREDITATION NO.0112