



**“Bądź Aktywny, Bądź Najlepszy  
- szkolenia oraz specjalistyczne doradztwo dla kadr instytucji pomocy społecznej”**

Białystok, dnia 27.07.2009 r.

ROPS.IV.POKL.0071-170/09

**Dotyczy: zapytania ofertowego na przeprowadzenie szkolenia „Stres i wypalenie zawodowe” w ramach projektu „Bądź Aktywny, Bądź Najlepszy- szkolenia oraz specjalistyczne doradztwo dla kadr instytucji pomocy społecznej” współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki 2007–2013.**

**Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Białymstoku zaprasza Trenerów do złożenia oferty cenowej na przeprowadzenie szkolenia w zakresie *stresu i wypalenia zawodowego* zgodnie z poniższymi informacjami.**

**Temat szkolenia:**

„Stres i wypalenie zawodowe” – 24 godz.

**Cel szkolenia:**

Głównym celem szkolenia jest analiza indywidualnej i organizacyjnej kondycji antystresowej, a w konsekwencji – eliminacja stresorów, wykształcenie umiejętności diagnozy, profilaktyki i radzenia sobie w sytuacjach stresowych, nabycie umiejętności poznawania syndromu wypalenia zawodowego i sposoby radzenia sobie z nim. Uczestnicy szkolenia poznają i przećwiczą sposoby efektywnego radzenia sobie ze stresem, nauczą się rozpoznawać czynniki stresogenne i dowiedzą się jak sobie z nimi radzić.

**Ilość przeszkolonych osób:**

Szkolenie dla dyrektorów/kierowników OPS, PCPR, DPS – (jedna grupa).

**Główne zagadnienia szkolenia:**

- Zjawisko stresu i rodzaje stresu.
- Syndrom wypalenia zawodowego: proces, czynniki predysponujące, przejawy.
- Rola pracownika i pracodawcy w wypaleniu.
- Tworzenie własnych strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach zawodowych.

**Termin szkolenia:**

9-10-11 wrzesień 2009 r.

**Oferta powinna zawierać:**

- Proponowaną stawkę brutto za godzinę zajęć wraz z opracowaniem materiałów szkoleniowych.
- Program szkolenia
- CV trenera szkoleniowego z opisanym doświadczeniem trenerskim w wyżej wymienionej tematyce szkolenia.

**Kryterium wyboru oferty:**

- Kwalifikacje, umiejętności oraz doświadczenie trenera w wyżej wymienionej tematyce szkolenia.
- Adekwatność doświadczenia i posiadanych umiejętności do proponowanej stawki cenowej.

W związku z powyższym uprzejmie prosimy o złożenie oferty w siedzibie **Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej w Białymstoku, ul. Akademicka 36, 15-267 Białystok** lub e– mail: **projekt@rops.wrotapodlasia.pl** w terminie do dnia **07 sierpnia 2009 r.**

**Projekt współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego**