

Uprava za kadrove organizuje jednodnevni seminar na temu "**Upravljanje vremenom i stresom**" za lokalne službenike i namještenike, putem **ZOOM aplikacije, 29. oktobra 2020. godine od 09:00-12:00h** .

Cilj održavanja ovog seminara je upoznavanje sa vještinama dobrog upravljanja vremenom i stresom na radnom mjestu, a ciljna grupa su svi zainteresovani lokalni službenici i namještenici.

**Sadržaj seminara :**

- Pretpostavke dobrog upravljanja vremenom;
- Kako da naučite saradnike da vas ostave nasamo?
- Zloupotreba vašeg vremena – Imate li minut?
- Upravljanje vremenom i vještina upravljanja šefom;
- Ušteda vremena na sastancima;
- Veza između stresa i slabog upravljanja vremenom;
- Važnost upravljanja stresom;
- Efekat stresa na učinak zaposlenih;
- Uloga rukovodioca i stres;
- Individualne metode upravljanja stresom;
- Institucionalne metode upravljanja stresom;
- Pretpostavke uspješnog programa upravljanja stresom.

Predavač je **Milena Nikolić**, psiholog i kouč.

Očekujemo vaše prijave do 22. oktobra na e-mail: [ana.zecevic@uzk.co.me](mailto:ana.zecevic@uzk.co.me).

Srdačan pozdrav,

Ana Zečević