

# OCEANOVA

## 16.03.2024. UVOD U DRUŠTVENO ZDRAVLJE

(upoznavanje termina društveno zdravlje i njegove važnosti za dobrobit osobe; mapiranje različitih mogućnosti)

## 23.03.2024. ANTI BIAS APPROACH

(što su predrasude i kako se formiraju, sposobnost prepoznavanja vlastitih predrasuda i njihovog utjecaja na ponašanje; upoznavanje se s tehnikama za razbijanje osobnih predrasuda; povezanost društvenog zdravlja i predrasuda)

## 30.03.2024. MOJ NETWORK – MOJE BOGATSTVO

(razumijevanje važnosti aktivnog sudjelovanja u društvenim aktivnostima; definiranje osobnog networka; razvijanje vještine umrežavanja i prepoznavanje vrijednosti društvenog kapitala)

## 06.04.2024. SUDJELOVANJE U KULTURNIM SADRŽAJIMA

(razumijevanje raznolikosti kulturnog izraza i naših uloga kao kreatora i/ili sukreatora, kao i uživatelja sadržaja; razumijevanje značaja sudjelovanja u kulturnim sadržajima za dobrobit i podršku emocionalnom i mentalnom blagostanju, socijalnu povezanost i obrazovni aspekt pojedinaca)

## 13.04.2024. PREUZIMANJE STVARI U SVOJE RUKE

(razvoj samoinicijative i proaktivnosti; podizanje svijesti o važnosti volontiranja i stažiranja; strategije za osobni i profesionalni razvoj)

## 20.04.2024. POKRETAČI PROMJENA

(razumijevanje uloge liderstva u društvenim promjenama; razvoj vještina potrebnih za efektivno vodstvo; kako se iniciraju i vode društveni projekti i kako mobilizirati druge za zajednički cilj)

## 27.04.2024. STVARANJE PRILIKA ZA DRUGE

(razumijevanje važnosti mentorstva i podrške drugima; naučiti kako prepoznati i potaknuti potencijal u drugima; razvoj vještina za organizaciju i vođenje projekata)

## 04.05.2024. NENASILNA KOMUNIKACIJA

(stjecanje vještina efektivne i empatične komunikacije; kako prepoznati i komunicirati vlastite potrebe; tehnike za upravljanje emocionalnim reakcijama)

## 11.05.2024. RAZRJEŠAVANJE KONFLIKATA

(razumijevanje osnovnih principa i uzroka konflikata; strategije i tehnike za efikasno rješavanje konflikata)

## 25.05.2024. SITUATIONAL AWARENESS

(razvoj svijesti o situacijskim faktorima i njihovom utjecaju na ponašanje; razviti sposobnost prepoznavanja i analiziranja konteksta i okoline; naučiti kako kontekst utječe na odluke, ponašanje i interakcije; razumijevanje važnosti fleksibilnosti i prilagodljivosti u različitim situacijama)



A

K

A

D

E

M

I

J

A

**SVI TERMINI SU  
SUBOTOM OD 11:00-14:00  
NA ADRESI JAKOVA GOTOVCA 14**