



NGO W DOBRYM STANIE

Informacje o projekcie



ODPORNOŚĆ. **DOBROSTAN**. REALNA ZMIANA W NGO.

EIB

Europejski
Instytut
Brainologii



SZKOŁA TRENERA
DOBROSTANU
EUROPEJSKI INSTYTUT BRAINOLOGII



KOMITET
DO SPRAW
**POŻYTKU
PUBLICZNEGO**



Rządowy Program
Fundusz Inicjatyw
Obywatelskich
na lata 2021-2030
NOWE FIO

O PROJEKCIE

„NGO w DOBRYM stanie” to ogólnopolska inicjatywa, która wspierająca tych, którzy na co dzień troszczą się o innych. Naszą misją jest wspieranie liderów, pracowników i wolontariuszy organizacji pozarządowych w **budowaniu odporności psychicznej oraz dbaniu o własny dobrostan** – tak, by mogli dłużej i skuteczniej pomagać innym, bez ryzyka wypalenia zawodowego.

Projekt łączy nowoczesną wiedzę, sprawdzone narzędzia i doświadczenia praktyków trzeciego sektora, odpowiadając na realne wyzwania pracy społecznej. Tworzymy przestrzeń do wymiany inspiracji i zdobywania praktycznych umiejętności, które przekładają się na większą efektywność zespołów, lepsze zarządzanie emocjami i trwałe, pozytywne zmiany w organizacjach.

„NGO w DOBRYM stanie” to nie tylko **cykl szkoleń** – to zaproszenie do **społeczności**, w której dobrostan i odporność psychiczna stają się wspólną wartością oraz **kluczem do rozwoju i skuteczności polskiego sektora NGO**.

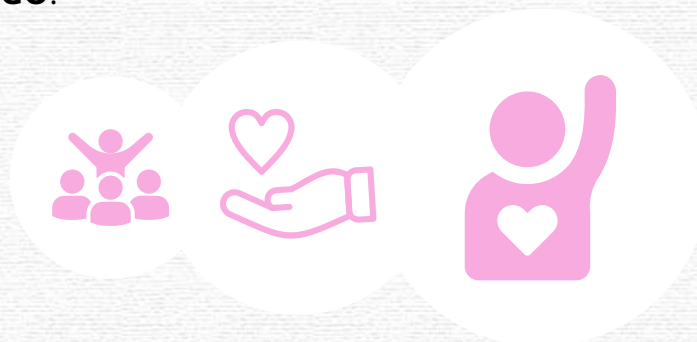
DLA KOGO?

Projekt skierowany jest do:

- **liderów**, koordynatorów i menedżerów NGO
- **pracowników** etatowych i **wolontariuszy**
- młodych **działaczy** rozpoczynających pracę w trzecim sektorze
- osób zaangażowanych w małych i średnich NGO
- działaczy pracujących **w trudnych warunkach** (wywołujących duże emocje własne lub u beneficjentów projektów)

Zgłosić się może tylko jedna osoba z jednej organizacji.

Do uczestnictwa w projekcie zostanie zaproszonych **16 osób**.



CZAS TRWANIA:

Projekt realizowany jest od maja 2025 do czerwca 2026.

Cykl szkoleń: **wrzesień 2025 – styczeń 2026**.

Aplikowanie do projektu poprzez formularz: **do 20. sierpnia 2025 r.**

Start zajęć: **16. września 2025 r.**



CO OBEJMUJE PROJEKT?

- Kompleksowy cykl **13 szkoleń online**, realizowanych na żywo, o zakresie tematycznym wg programu, w godzinach **8:00 - 11:00** (13 spotkań, każdy warsztat obejmuje 3h, łącznie 39 godzin zajęć dydaktycznych).
- **Diagnozę odporności psychicznej** testem **TOP360** (Kaminsky Academy) dla każdego z uczestników projektu wraz z **indywidualną sesją feedbackową** (1-1,5 godziny na osobę - sesje odbędą się 30. września lub 01. października 2025r., data i godzina ustalone wg indywidualnych preferencji).
- Dostęp do **materiałów edukacyjnych**, checklist, broszur i infografik.

TRYB REALIZACJI:

Wszystkie szkolenia oraz diagnoza odporności psychicznej odbywają się zdalnie (online). Dzięki temu udział jest możliwy z każdego miejsca w Polsce.

**JEŚLI WIDZISZ
TU **SIEBIE**,
TEN PROJEKT JEST
WŁAŚNIE DLA CIEBIE!**



HARMONOGRAM MERYTORYCZNY

NGO w DOBRYM stanie obejmuje kompleksowy cykl **13. szkoleń online**, realizowanych na żywo, o zakresie tematycznym wg programu przedstawionego poniżej, w godzinach **8:00 - 11:00** (13 spotkań, każdy warsztat obejmuje 3h, łącznie 39 godzin zajęć dydaktycznych). Warsztaty odbywają się poprzez platformę **Teams**.

Termin	Temat szkolenia	Liczba godzin
16 wrz 2025	Zarządzanie emocjami współpracowników i beneficjentów	3 h
30 wrz 2025	Efektywne prowadzenie spotkań w organizacjach	3 h
14 paź 2025	Komunikacja wspierająca zamiast wypalającej	3 h
28 paź 2025	Zanim będzie za późno - jak działać, aby siebie nie wypalić?	3 h
6 lis 2025	Odporność psychiczna w NGO – co warto wiedzieć?	3 h
20 lis 2025	Dobrostanowe praktyki w organizacjach pozarządowych	3 h
4 gru 2025	Informacja zwrotna , która nadaje sens współpracy	3 h
18 gru 2025	Docenianie jako podstawa zarządzania w NGO	3 h
8 sty 2026	Metodologia i narzędzia pracy w obszarze dobrostanu i odporności psychicznej z grupami i zespołami.	3 h
13 sty 2026	Projektowanie warsztatów dobrostanowych i rozwiązań wspierających odporność psychiczną - cz.1	3 h
15 sty 2026	Projektowanie warsztatów dobrostanowych i rozwiązań wspierających odporność psychiczną - cz.2	3 h
20 sty 2026	Projektowanie warsztatów dobrostanowych i rozwiązań wspierających odporność psychiczną - cz.3	3 h
22 sty 2026	Projektowanie warsztatów dobrostanowych i rozwiązań wspierających odporność psychiczną - cz.4	3 h

PONADTO

W RAMACH PROJEKTU ODBĘDZIE SIĘ:

diagnoza odporności psychicznej testem **TOP360** (Kaminsky Academy). Działanie będzie realizowane dla każdego z uczestników projektu wraz z **indywidualną sesją feedbackową** (1–1,5 godziny na osobę), zaś sesje odbędą się: 30. września lub 01. października 2025 r., data i godzina ustalone wg indywidualnych preferencji).

PROWADZĄCE

Zespół ekspertów Europejskiego Instytutu Brainologii (EIB):

- Praktycy zarządzania dobrostanem – trenerzy i konsultanci specjalizujący się w pracy z liderami NGO, prowadzący autorskie kursy, studia podyplomowe i szkolenia dla sektora społecznego.
- Eksperti odporności psychicznej – osoby z wieloletnim doświadczeniem w edukacji i wspieraniu liderów trzeciego sektora, współpracujący z Kaminsky Academy, autorzy raportów nt. zdrowia psychicznego oraz licznych prelekcji w tym zakresie.



Marzena Grochowska

Prezes Europejskiego Instytutu Brainologii, Trener Biznesu, Brainolog, Prelegent, Ekspert w zakresie budowania i zarządzania dobrostanem w organizacjach. Posiada wykształcenie medyczne, które ułatwia jej szerzenie wiedzy o zdrowym mózgu w życiu i w biznesie. Pracuje z top managementem, wdraża systemowe rozwiązania, skutecznie uczy, jak działa mózg.



Ewa Załupska

Viceprezes Europejskiego Instytutu Brainologii, Trener Biznesu, Brainolog, Praktyk Lumina Learning, Diagnosta Odporności Psychiczej, Konsultant Biznesowy, Coach, który potrafi dotrzeć do każdego odbiorcy. Czuła na słowa, ale i liczby, dlatego świetnie sprawdza się w strategicznym podejściu do szukania usprawnień w organizacjach i wdrażania programów dobrostanu.



**„Zespół, który dba o siebie, działa skuteczniej i dłużej
– bez wypalenia.”**

REKRUTACJA - JAK DOŁĄCZYĆ?

- 1 **Kliknij w link do formularza rekrutacyjnego**
(na zgłoszenia czekamy do 20. sierpnia 2025 r.)

PRZEJDŹ DO FORMULARZA



- 2 **Wypełnij krótkie zgłoszenie** – opowiedz o sobie, swojej organizacji i motywacji.

- 3 **Wyślij zgłoszenie i czekaj na kontakt od nas!**

Po zgłoszeniu odbędzie się **rozmowa rekrutacyjna**, a na jej podstawie wyłonimy 16 osób, które zostaną zaproszone do udziału w projekcie. W przypadku dużej liczby zgłoszeń zastrzegamy sobie możliwość rozmowy z wybranymi kandydatami - stąd Twoja aplikacja ma duże znaczenie - daj się poznać.



**Ilość miejsc ograniczona – jedna osoba z każdej organizacji.
Łącznie 16 osób.**



SFINANSOWANO ZE ŚRODKÓW NARODOWEGO INSTYTUTU WOLNOŚCI – CENTRUM
ROZWOJU SPOŁECZEŃSTWA OBYWATELSKIEGO W RAMACH RZĄDOWEGO PROGRAMU
FUNDUSZ INICJATYW OBYWATELSKICH NOWEFIO NA LATA 2021-2030



Poznaj nas i nasze działania na:
www.fundacjaEIB.pl



facebook.com/EuropejskiInstytutBrainologii

instagram.com/europejskiinstytutbrainologii