****

**Вебинар на тему: «Как предпринимателю повысить свою ресурсность и не поддаваться стрессу»**

Дата : 22 сентября 2020 года

Время: 15:00-16:30

**Онлайн-платформа для проведения вебинара:** Zoom

Краткое содержание:

АНО «РРАПП» при поддержке министерства экономического развития Ростовской области на базе центра «Мой бизнес» города Волгодонска проведет вебинар в режиме онлайн.

«Бизнес - это постоянная неопределенность и стресс. Даже без карантина и кризиса каждый день требует максимальной включенности и отдачи предпринимателя

Жизнь похожа на забег в ипподроме. И вот однажды может прийти момент, что нет сил, нет идей и мотивации работать, а так же развивать свои проекты.

Эмоциональное выгорание предпринимателя - что это такое? Как не попасть в ловушку полного упадка сил и снижения мотивации до минусовых отметок?»

Вы узнаете:

Как найти баланс бизнес/жизнь.

Как быстро и эффективно восполнить свои ресурсы, мобилизоваться и повысить свою эффективность.

Как снизить уровень стресса и устранить ошибки в управлении энергией.

Как научиться управлять гормонами счастья и создать новые нейронные связи, которые уберегут вас от выгорания.

Получите техники быстрого восстановления сил, проведете аудит своих ресурсов, найдете ловушки утечки энергии и создадите свою стратегию эффективного расходования сил, которая поможет не только достигнуть новых бизнес целей, но и усилить ощущения счастья и полноты жизни.

Спикер: Анастасия Позднякова – коуч, практик, руководитель сети центров

развития детей Джуниор, женщина-предприниматель года.

Подробная информация по телефону: 8(8639)299-039, 8(928)160-68 06.

**Участие в вебинаре бесплатное.**

**Регистрация на вебинар обязательна, ссылка на вебинар придет на электронную почту, указанную при регистрации!**

**Организатор АНО «РРАПП» при поддержке Правительства Ростовской области и министерства экономического развития Ростовской области (в рамках реализации нацпроекта «Малое и среднее предпринимательство и поддержка индивидуальной предпринимательской инициативы»).**