



+40723242062

office@ancia.ro

www.ancia.ro



## Va invita sa participati la programul de pregatire profesionala: **PROMOVAREA UNEI CULTURI ETICE, EVITAREA BURNOUT-ULUI ŞI CREŞTEREA MOTIVAŢIEI ÎN RÂNDUL SALARIAŢILOR**



**Locatie: Bucuresti Str. Negustori nr. 23 – 25 varianta fizica;**

**Varianta online – prin intermediul platformei ZOOM**

**Organizat in perioada**

**29 - 31 august 2024**

**Program sustinut de un formator autorizat in:**

**Comunicare si comportament organizational**

### **Va propunem urmatoarea agenda:**

#### **Etica si integritate. Cultura etica**

- Introducere în terminologia specifica eticii (etica, morala, deontologie, etica profesionala etc.);
- Definirea culturii etice si a principalelor componente ale acesteia;
- Tonul la vârf (tone at the top) si importanta acestuia;
- Guvernanta corporativa la entitatile publice;
- Codul de conduita (codul de etica);
- Gestionarea resurselor umane din punct de vedere al eticii;
- Gestionarea conflictelor de interese si incompatibilitatilor;
- Sistemul de raportare a iregularitatilor.

#### **Înţelegerea Burnout-ului**

- Definiţia burnout-ului: Ce este burnout-ul şi cum diferă de stresul obişnuit.
- Simptome şi semne: Cum recunoaştem burnout-ul la noi şi la ceilalţi.
- Factori de risc:
- Ce contribuie la apariţia burnout-ului.

#### **Impactul Burnout-ului**

- Impactul asupra sănătăţii:
- Consecinţe fizice şi psihice.
- Impactul asupra performanţei: Efecte asupra productivităţii şi calităţii muncii.
- Impactul asupra organizaţiei: Costuri şi consecinţe pe termen lung.

#### **Tehnici de Prevenire a Burnout-ului**

- Gestionarea stresului: Tehnici şi strategii (mindfulness, tehnici de respiraţie, etc.).
- Echilibru între viaţa profesională şi personală: Strategii pentru menţinerea unui echilibru sănătos.
- Stabilirea priorităţilor şi managementul timpului: Tehnici eficiente.

#### **Creşterea Motivaţiei**

- Factori de motivare: Ce motivează angajaţii? Teorii şi modele (Maslow, Herzberg, etc.).
- Strategii pentru creşterea motivaţiei: Recunoaştere şi recompensare, oportunităţi de dezvoltare, cultură organizaţională pozitivă.
- Feedback constructiv: Cum să oferim şi să primim feedback.

#### **Crearea unui Mediu de Muncă Sănătos**

- Cultura organizaţională:
- Rolul leadership-ului în prevenirea burnout-ului.
- Măsurile de suport organizaţional: Programe de wellness, flexibilitate la locul de muncă.
- Politici şi practici de sprijin: Implementarea de politici de sănătate mintală şi bunăstare.



Înscrierea la acest curs se efectuează în baza completării formularului de înscriere de la finalul ofertei si transmiterea acestuia pe fax 031 4053971 sau pe e-mail la office@ancia.ro sau office.ancia@gmail.com  
informatii suplimentare: [www.ancia.ro](http://www.ancia.ro) Ne gasiti in catalogul SICAP – cod CPV 80530000-8 – Servicii de formare profesionala  
Coordonator Ionut Gagiu – 0723 242062



**Tarif servicii instruire CURS FIZIC  
950 lei / participant**

Agenda programului de pregatire:  
Joi 29.08.2024 - de la 17.00 - 20.30;  
Vineri 30.08.2024 - de la 17.00 - 20.30;  
Sambata 31.08.2024 - de la 09.00 - 14.30;



**Tarif servicii instruire  
CURS ONLINE 850 lei / participant**

**CURSUL POATE FI ACHIZITIONAT CU  
CARDUL PENTRU PRIMA DE CARIERA  
DIDACTICA**

**SC A.N.C.I.A TRAINING S.R.L.**

Tel/Fax: 031-4053971, office@ancia.ro; office.ancia@gmail.com

J40/8803/2018; CUI 39516903, BUCURESTI, STR. TOPRAISAR NR.10, SECTOR 1 www.ancia.ro



+40723242062

office@ancia.ro

www.ancia.ro



### Certificare A.N.C.I.A. training

Acest program de pregatire certifica 24 de ore de pregatire profesionala conform articolului 479 lit.b din Codul Administrativ aprobat prin OUG nr. 57 / 2019



La solicitarea companiei / institutiei organizam acest program de pregatire profesionala la sediul beneficiarului, pentru un numar de minim 15 persoane participante



Certificat de absolvire:

**MANAGER RESURSE UMANE COD COR 121207** conform OG 129/2000 Republicata.

Examenele pentru obtinerea autorizarilor se sustin in functie de programa organizatorului si disponibilitatea comisiilor

Important! La 4 persoane participante din cadrul aceleiasi institutii a 5 a persoana beneficiaza de gratuitate la serviciile de instruire

## FORMULAR DE INSCRIERE burnout Bucuresti 29 - 31 august 2024

### DATE ORGANIZATIE PLATITOARE

Institutia/ Compania \_\_\_\_\_

Str. \_\_\_\_\_ Nr. \_\_\_\_\_ Loc \_\_\_\_\_

Jud/ sect \_\_\_\_\_ Banca \_\_\_\_\_

Cont \_\_\_\_\_

Cui/ CNP \_\_\_\_\_

Reg. Com \_\_\_\_\_ Tel. \_\_\_\_\_

Fax \_\_\_\_\_ email \_\_\_\_\_

Nr Pers Inscrise \_\_\_\_\_ Data \_\_\_\_\_

Pers de Contact \_\_\_\_\_

Aprobat \_\_\_\_\_

\* Datele de identificare sunt obligatorii in vederea intocmirii si eliberării facturii. Prin semnatura și ștampila autorizată se confirmă înregistrarea la program a delegatului/ delegaților de mai sus și se accepta TERMENII ȘI CONDIȚIILE DE PARTICIPARE la propriu.

### Termeni si conditii:

- Valoarea totală a comenzii este de.....lei si include serviciile de instruire si serviciile suport pentru curs.
- Beneficiarul va achita această sumă reprezentând contravaloarea serviciilor prestate de către furnizor la semnarea contractului cu minim 5 (cinci) zile inainte de data anuntata de incepere a cursului, aceasta atragand dupa sine validarea contractului.
- Înlocuirea participantului înscris este permisă în orice moment cu notificare prealabilă.
- Copia ordinului de plată se va transmite înainte de data începerii cursului.
- Anularea unei înscrieri efectuate cu rambursarea sumelor virate, se poate face cel mai târziu cu 3 zile lucrătoare înainte de începerea programului. Se iau în considerare numai anulările transmise sub formă scrisă (scrisoare, fax sau e-mail).
- Prezentul formular de participare reprezintă comanda ferma din partea participantului/ participanților pentru asigurarea serviciilor de instruire (respectiv cazare) conform O.M.F.P. nr. 29/14.01.2003
- Organizatorul isi rezerva dreptul ca in cazul neintrunirii numarului minim de persoane participante la programul de instruire, acesta sa fie decalat intr-o perioada stabilita de comun acord cu beneficiarul.
- Prezentul formular are valoare de contract.

### TARIFE

#### CURS FIZIC

950 lei

#### CURS ONLINE

850 lei

Documente necesare in vederea sustinerii examenului:

- Copie CI
- Copie Certificat de nastere
- Copie Certificat de Casatorie
- Copie diploma licenta

#### Agenda cursului:

Joi 29.08.2024 - de la 17.00 - 20.30;  
 Vineri 30.08.2024 - de la 17.00 - 20.30;  
 Sambata 31.08.2024 - de la 09.00 - 14.30;

### CONTACT

Înscrierea la curs se efectuează în baza completării acestui formular de participare și transmiterea acestuia pe fax 031 4053971 sau pe e-mail la [office@ancia.ro](mailto:office@ancia.ro) sau [office.ancia@gmail.com](mailto:office.ancia@gmail.com)

Ne gasiti in catalogul SICAP – cod CPV 80530000-8 – Servicii de formare profesionala

**Coordonator curs  
Ionut Gagiu  
0723 242062**

### MODALITATE DE PLATA

**A.N.C.I.A. training – J 40/ 8803/ 2018; CUI 39516903, avand sediul social in, Bucuresti sect.1 str. Topraisar nr.10**

Ordin de plata

Numerar

Pentru institutii publice:

**RO71TREZ7015069XXX019680 - TREZORERIA SECTOR 1**

Pentru agenti economici:

**RO62INGB0000999908034014 - BANCA ING BANK**

Prelucrarea datelor cu caracter personal GDPR Conform regulamentului UE 679/ 2016 si a legislatiei in vigoare, legea 677/2001 cu referire la protectia persoanelor in raport cu prelucrarea datelor personale, A.N.C.I.A. training, se obliga sa respecte si sa asigure in conditii de siguranta datele personale furnizate de participantii la programele de formare profesionala. Detalii puteti afla accesand [www.ancia.ro](http://www.ancia.ro)

Nr.	Nume prenume	Studii	Nr. tel	Email
1				
2				
3				
4				

SC A.N.C.I.A TRAINING S.R.L.

Tel/Fax: 031-4053971, [office@ancia.ro](mailto:office@ancia.ro); [office.ancia@gmail.com](mailto:office.ancia@gmail.com)

J40/8803/2018; CUI 39516903, BUCURESTI, STR. TOPRAISAR NR.10, SECTOR 1 [www.ancia.ro](http://www.ancia.ro)