



# Dale Carnegie Fyrir ungt fólk í Garðabæ

Garðabær og Dale Carnegie halda áfram sínu farsæla samstarfi með það að markmiði að efla ungt fólk í Garðabæ. Námskeiðið verður haldið í Garðaskóla og er fyrir 13 til 15 ára (8. til 10. bekk) búsett í Garðabæ.

**Þetta er krefjandi og skemmtilegt námskeið sem ýtir undir frumkvæði, eflir leiðtogahæfileika og eykur sjálfstraust þátttakenda. Að hafa jákvæða sjálfsmýnd og trú á sjálfan sig hefur sjaldan verið jafn mikilvægt og í dag með síauknum samanburði við jafnaldra. Á þessu námskeiði lærum við að þekkja okkur sjálf betur, setja okkur markmið og þjálfum færni sem gerir okkur kleift að ná þeim. Nánar um námskeiðin á [www.dale.is](http://www.dale.is)**

## Það sem við förum yfir:

- Þjálfum okkur í að tala fyrir framan hóp og verða betri í tjáningu
- Eflum sjálfstraust og lærum að þekkja okkur sjálf
- Kynnumst áhrifaríkum aðferðum til að þora að eiga frumkvæði í samskiptum og dýpka sambönd
- Skoðum virði þess að vera duglegri og leggja okkur fram
- Lærum aðferðir sem hjálpa okkur að vera jákvæðari  
Lærum hvað hrós og hvatning getur haft jákvæð áhrif á okkur sjálf og aðra
- Eflum frumkvæði og leiðtogafærni

## Fyrirkomulag:

Einu sinni í viku, 3,5 klst í senn í 8 skipti og eitt skipti í 2,5 klst. sem eftirfylgni.

**Hefst fimmtudaginn 3. október.**

Ókeypis kynningartími verður haldinn **19. september kl. 17.00 til 18.00 í Garðaskóla.**

Skráning á [www.dale.is/ungtfolk](http://www.dale.is/ungtfolk) eða í síma 555-7080

Fullt gjald fyrir námskeiðið er 109 000 kr. fyrir hvern þátttakanda en vegna samstarfssamnings Garðabæjar og Dale Carnegie greiða þátttakendur í Garðabær **41 000 kr.**

Greiðsludreifing í boði. Innifalið: Handbók og ítarefni.

