

OGÓLNOPOLSKIE DNI UWAŻNOŚCI 2020



PRZEWODNIK
DLA ORGANIZATORÓW

Dni Uważności to **ogólnopolska akcja** mówienia o mindfulness, w ramach której w całej Polsce odbędą się rozmaite bezpłatne warsztaty, praktyki, prelekcje, spotkania oraz inne przedsięwzięcia.

Wydarzenie ma na celu **propagowanie uważności** w codziennym życiu osobistym, społecznym i zawodowym, poprzez upowszechnianie wiedzy i praktyki w zakresie metod związanych z uważnością. Pomysłodawcą i organizatorem jest Fundacja Rozwoju Mindfulness.

KTO MOŻE ZOSTAĆ ORGANIZATOREM WYDARZEŃ?



Organizatorem wydarzeń w ramach Ogólnopolskiego Dnia Uważności może zostać:

- Organizacja pozarządowa
- Przedsiębiorstwo
- Inna instytucja

która w terminie 27 stycznia – 2 lutego 2020 r. zorganizuje minimum jedno, bezpłatne spotkanie promujące uważność.

JAK MOŻNA SIĘ ZAANGAŻOWAĆ?



Wystarczy w terminie 27 stycznia – 2 lutego 2020 r. zorganizować **bezpłatne** spotkanie promujące uważność.

Może to być:

- wspólne praktykowanie uważności,
- praktyka mindful jogi,
- prelekcja o mindfulness,
- krótki warsztat dotyczący radzenia sobie ze stresem, trudnymi emocjami za pomocą uważności lub jak zastosować mindfulness w życiu zawodowym albo gdy cierpimy na bezsenność lub podobne,
- lub inne wydarzenie związane z mindfulness.

DLACZEGO WARTO SIĘ ZAANGAŻOWAĆ?



- by pomóc innym podnosić jakość życia,
- by uczyć prostych technik radzenia sobie ze stresem,
- by promować zdrowy tryb życia,
- by wspólnie zrobić coś dobrego,
- by promować swój ośrodek oraz prowadzących.

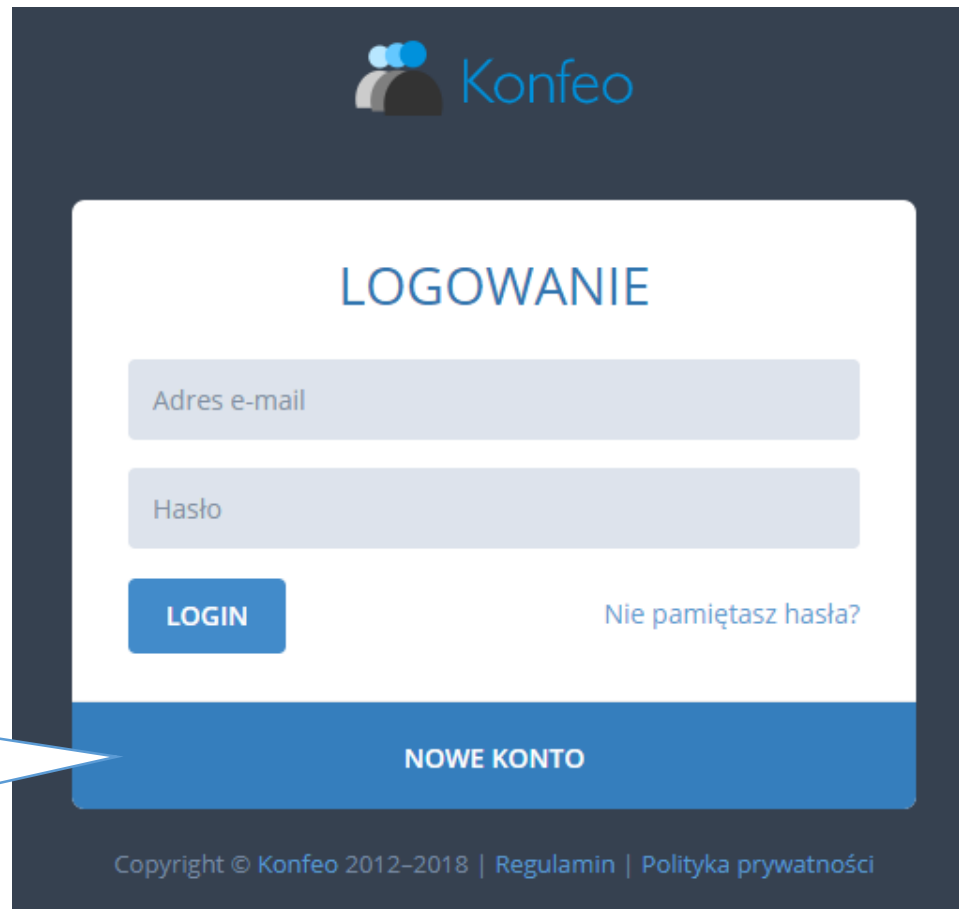
Przedsięwzięcie jest całkowicie charytatywne. Wszyscy działamy dla dobra innych ludzi i podnoszenia dobrostanu ludzkości i naszej planety.

WARUNKI ORGANIZACJI WYDARZENIA

1. **Rejestracja wydarzenia** w systemie Konfeo, który jest profesjonalną i niezawodną platformą do organizacji wydarzeń, dbającą o kwestie RODO;
2. **Przeprowadzenie zapisów** na wydarzenie (w ramach systemu Konfeo);
3. **Promowanie** swojego wydarzenia, czyli także ODU wśród jak największej grupy odbiorców (poprzez mailing, newsletter, media społecznościowe, plakat, etc etc);
4. Przeprowadzenie **bezpłatnego wydarzenia** w dniach 27.01 - 02.02.2020 r.
5. Przesłanie 3 zdjęć i krótkiego podsumowania wydarzenia oraz liczby uczestników (do 09.02.2020 do końca dnia).

JAK ZAREJESTROWAĆ WYDARZENIE?

1. Przejdź do [REJESTRACJI WYDARZENIA W SYSTEMIE KONFEO](#)



Adres e-mail

Hasło

LOGIN

Nie pamiętasz hasła?

NOWE KONTO

Copyright © Konfeo 2012-2018 | Regulamin | Polityka prywatności

Za pierwszym razem musisz założyć konto!

2. Zakładając konto podążaj za instrukcjami na stronie.

PAMIĘTAJ!
Znak specjalny
to np. ! @ # \$

Jeśli nie możesz założyć konta to spróbuj zmienić znak specjalny w haśle



NOWE KONTO

Spółki i inne organizacje Samozatrudnienie Konto prywatne

Nazwa spółki lub organizacji

Telefon kontaktowy

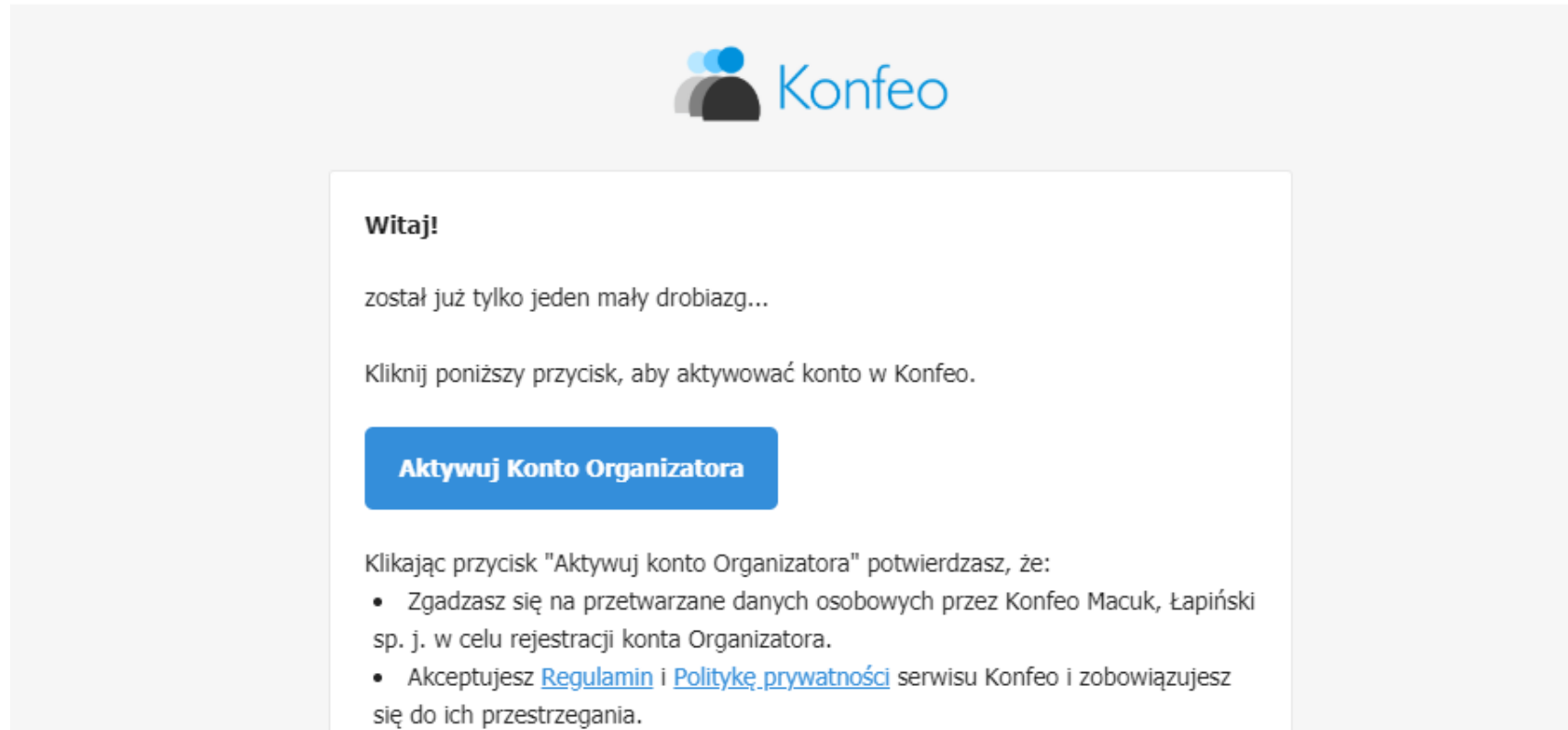
E-mail

Hasło – min. 8 znaków: 1 DUŻA litera, 1 mała litera, 1 znak specjalny, 1 cyfra


Akceptuję [Regulamin](#) i [Politykę prywatności](#) serwisu Konfeo i zobowiązuję się do ich przestrzegania.

ZAŁÓŻ KONTO

3. Sprawdź swoją skrzynkę mailową, aktywuj Konto i zaloguj się do systemu!



4. Zaloguj się do Konfeo



LOGOWANIE

Adres e-mail

Hasło

LOGIN [Nie pamiętasz hasła?](#)

NOWE KONTO

Copyright © Konfeo 2012–2018 | [Regulamin](#) | [Polityka prywatności](#)

5.

Dodaj pierwsze wydarzenie 😊



+ Dodaj wydarzenie

Szukaj uczestnika...



Joga Joga



Start



Pulpit systemu



Lista wydarzeń



Rozliczenia z Konfeo

Konfeo – komfort organizacji wydarzeń Strona startowa

Witaj! Cieszymy się bardzo, że zdecydowałeś/aś się korzystać z naszego systemu! Możesz być pewien, że **Konfeo** jest:



bezpieczny, zainstalowany na profesjonalnych serwerach



najszybszy spośród internetowych systemów organizacji wydarzeń *



dostępny online 24h na dobę przez cały rok



zaprojektowany przy użyciu najnowszych technologii

Pamiętaj! Organizując wydarzenia jesteś **Administratorem Danych Osobowych** uczestników i **na Tobie spoczywa odpowiedzialność** za właściwe przygotowanie procesu rejestracji. **Konfeo** może wesprzeć Cię systemowo w przygotowaniu tego procesu, aby był zgodny z wymogami ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych (RODO). **Zobacz, co zrobić.** To proste.

Zależy nam na tym, aby system był jak najbardziej intuicyjny dla uczestników i administratorów wydarzeń. Chętnie zapoznamy się z Twoimi wrażeniami i uwagami dotyczącymi obsługi – **Twoja opinia jest dla nas bardzo ważna.**

Co teraz? **To proste!**

+ Dodaj pierwsze wydarzenie!

6. Wybierz BEZPŁATNE WYDARZENIE

WYBIERZ TYP WYDARZENIA

Wydarzenie Płatne

Uczestnicy **płacą** za udział w wydarzeniu. Organizator płaci za korzystanie z Konfeo zgodnie z **aktualnym cennikiem**.

Wydarzenie Bezpłatne plus

Udział w wydarzeniu jest **bezpłatny**. Organizator może korzystać z rozszerzonych funkcji Konfeo i płaci zgodnie z **aktualnym cennikiem**.

Wydarzenie Bezpłatne

Udział w wydarzeniu jest **bezpłatny**. Organizator używa systemu Konfeo bez opłat i korzysta z dostępnych funkcji.



7. Podaj PODSTAWOWE DANE

W adresie strony
wpisz wymyślona
przez siebie nazwę
oraz

-odu2020

np.
mindfulnessnacodzi
en-odu2020

lub
cokolwiek-innego-
odu2020

USTAWIENIA PODSTAWOWE

Pełna nazwa wydarzenia *

np. Mindful Day, otwarte spotkanie z uważnością

Adres strony rejestracji w systemie Konfeo *

https:// mindful-day-odu2020

.konfeo.com

Język strony rejestracji

polski

Wpisz unikalną nazwę subdomeny dla strony rejestracji. Pamiętaj, aby nie używać polskich znaków specjalnych. W długich adresach dziel słowa znakami myślnika (-), w ten sposób link będzie dzielił się na wersy.

Data i godzina rozpoczęcia wydarzenia *

28.01.2020 16:00

Data i godzina zakończenia wydarzenia *

28.01.2020 18:00

Limit uczestników

np. 15

Podaj, jeśli wydarzenie ma ograniczoną liczbę miejsc

Dalej

Anuluj

Czy w adresie strony poza wymyśloną nazwą
wpisałeś/wpisałaś **-odu2020** ???

Adres strony rejestracji w systemie Konfeo *

https://

mindful-day-odu2020

.konfeo.com

Wpisz unikalną nazwę subdomeny dla strony rejestracji. Pamiętaj, aby nie używać polskich znaków specjalnych. W długich adresach dziel słowa znakami myślnika (-), w ten sposób link będzie dzielił się na wersy.

8. Uzupełnij dane kontaktowe oraz opis wydarzenia

DANE TELEADRESOWE I OPIS WYDARZENIA

E-mail kontaktowy do Organizatora *

mindful_life@gmail.com

Telefon kontaktowy do Organizatora

500000000

Adres miejsca gdzie odbędzie się wydarzenie

Ośrodek Mindful Life
ul. Kwietna 18
81-365 Gdynia

Opis wydarzenia na stronę rejestracji



Zapraszamy na spotkanie otwarte dla wszystkich zainteresowanych, dla początkujących i tych, którzy praktykują. To jest metoda dla wszystkich, więc warto spróbować. Wielu osobom bardzo pomogła.

Proponujemy czas tylko dla siebie według metody Mindfulness-Based Stress Reduction – MBSR. Zajęcia dla tych, którzy chcą praktykować w grupie różne techniki uważności oraz porozmawiać o uważności.

TWOJE WYDARZENIE JEST GOTOWE!

Rzuć okiem, czy wszystkie podane informacje są właściwe?

To jest link do rejestracji na Twoje wydarzenie, możesz umieścić go na swoim fb oraz stronie internetowej

INFORMACJE, KTÓRE PODAŁEŚ

Nazwa wydarzenia:	np. Mindful Day, otwarte Spotkania z Uważnością
Typ:	Bezpłatne
Rozpoczęcie:	28.01.2020 16:00
Zakończenie:	28.01.2020 18:00
Język rejestracji:	polski
Adres:	Ośrodek Mindful Life ul. Kwietna 18 81-365 Gdynia
E-mail:	mindful_life@gmail.com
Telefon:	500000000
Strona rejestracji:	https://mindful-day-odu2020.konfeo.com

DODATKOWE INFORMACJE



- W menu wydarzenia znajdziesz wszystkie potrzebne narzędzia do zarządzania wydarzeniem
- W razie problemów wejdź w [najczęstsze pytania](#)

Jeśli masz jeszcze jakieś wątpliwości lub pytania napisz do nas:

kontakt@dni-uwaznosci.pl



www.dni-uwaznosci.pl

[Znajdź nas na FB](#)



FUNDACJA
ROZWOJU
MINDFULNESS