

Uravnotežena navigacija doktorskim studijem:

Razvoj strategija za upravljanje
vremenom, stresom i karijerom

03.-05.
listopada
2024.

Palača Moise, Cres

Doktorska škola Sveučilišta u Rijeci,
Sveučilišni savjetovanišni centar i
Studentski zbor Sveučilišta u Rijeci

3
list

- 17.00-17.15** Dolazak sudionika_ca
(organizirani prijevoz)
- 17.15-17.30** Pozdravni govori
prof. dr. sc. Igor Prpić, dr. med., predstojnik Doktorske škole
prof. dr. sc. Zoran Sušan, voditelj SSC-a
- 17.30-19.00** Gostujuće predavanje
Mojca Domiter, izvršna direktorica za Ljude i kulturu u Atlantic Grupi
- 19.00.-19.30** Slobodno vrijeme

Uravnotežena navigacija doktorskim studijem

19.30-20.00 Večera

09.45-10.00 Dolazak sudionika_ca

4
list

- 10.00-11.00** Upoznavanje, profil idealnog doktoranda_ice
Ivana Blašković, Maša Cek, Silvija Šikić i Nikoleta Zubić,
psihologinje Sveučilišnog savjetovanišnog centra
- 11.00-11.30** Pauza za kavu
- 11.30-13.00** Upravljanje znanstvenom karijerom -
Tko sam i koje su moje mogućnosti
profesionalnog razvoja?
Maša Cek i Nikoleta Zubić, Ured za karijere SSC-a

13.00-15.00 Pauza za ručak (organizirani ručak)

15.00-16.00 Upravljanje znanstvenom karijerom –
Čemu težim i kako ću to ostvariti?
Maša Cek i Nikoleta Zubić, Ured za karijere SSC-a

16.00-16.15 Pauza za kavu

16.15-17.45 Psihološka otpornost – Kako upravljam
stresom?
Ivana Blašković i Silvija Šikić, Psihološko savjetovanište SSC-a

17.45-18.00 Sažetak dana

18.00-19.00 Slobodno vrijeme

19.00-20.00 Večera (hotel)

09.15-09.30 Dolazak sudionika_ca

09.30-11.00 Moje dragocjeno vrijeme
Maša Cek i Nikoleta Zubić, Ured za karijere SSC-a

11.00-11.30 Pauza za kavu

11.30-12.30 *Mindfulness* u svakodnevnom životu
Ivana Blašković i Silvija Šikić, Psihološko savjetovanište SSC-a

12.30-13.00 Sažetak radionice

13.00 Ručak & odlazak sudionika
(organizirani ručak)

03.-05.
listopada
2024.

Palača Moise, Cres

5
list

moise : palace



UNIRI

