

OCALEĆ I ODRODZIĆ SIĘ

Martin Stepek

20-23 maja 2015

Organizatorzy spotkań:

Wyższa Szkoła Finansów i Zarządzania

Inicjatywa Firm Rodzinnych

British Polish Chamber of Commerce

Klinika Stresu

Martin Stepek (LLB Dip. LP)

przedsiębiorca, prawnik, nauczyciel mindfulness (uważność mentalna), prezes i założyciel Szkockiego Stowarzyszenia Firm Rodzinnych. Autor książek „Bo jest nadzieja” (For There is Hope, 2012) oraz „Życie uważne” (Mindful living, 2014).

Ojciec Martina, Jan Stepek (1922-2012) to postać niezwykła – przeżył koszmara Sybiru i jako imigrant w Szkocji, dzięki odwadze, sile charakteru i ciężkiej pracy, zbudował jedną z większych firm. Równie aktywnie działał na rzecz wspólnoty lokalnej i polsko-szkockich relacji biznesowych.

Martin Stepek jest ekspertem w zakresie przedsiębiorczości firm rodzinnych. Idąc w ślady ojca, został współwłaścicielem i dyrektorem J Stepek Ltd, jednej z bardziej znanych firm w latach 80 i 90. Jest założycielem i CEO Szkockiego

Stowarzyszenia Firm Rodzinnych, którego celem jest wprowadzanie najlepszych światowych praktyk w firmach rodzinnych w Szkocji. Martin Stepek jest cenionym wykładawcą i autorem publikacji na temat przedsiębiorczości firm rodzinnych. Działa również społecznie jako mentor zdrowia psychicznego; ma 16 lat doświadczenia w praktykowaniu uważności mentalnej i od 11 lat jest nauczycielem tej metody dbania o zdrowie psychiczne. Prowadzone przez niego ogólnodostępne zajęcia na University of the West of Scotland, Hamilton są jednymi z najpopularniejszych zajęć mindfulness w Szkocji. Miejsca i środowiska, w których m.in. prowadził swoje zajęcia to: uczelnie wyższe, szkoły, zakłady karne, zarządy firm i społeczności lokalne.

PROGRAM

Środa, 20 maja, 12:30 -14:00

Uniwersytet Warszawski, Instytut Anglistyki, Hoża 69, s. 335

„Ponad tożsamością narodową – z perspektywy Szkocji w czasach przemian”

Rozważania nad problemem tożsamości polsko-szkockiej, zarówno w odniesieniu do imigrantów, jak i ich potomków - Szkotów, oraz nad kwestią tożsamości angielsko-szkockiej w kontekście referendum w Szkocji. Wykład będzie próbą eksploracji zagadnień migracji i przesiedlenia się do nowej społeczności i kultury. Jest to obecnie temat o szczególnym znaczeniu w Unii Europejskiej jak i w Europie na przestrzeni dziejów. Przemiany tożsamości narodowej są tematem dyskutowanym zarówno w skali narodowej jak i międzynarodowej, a w konsekwencji stanowią istotny czynnik wpływu na politykę i decyzje polityczne w Europie.

www.martinstepek.vizja.pl

Czwartek, 21 maja, 17.00 -18.30

Wyższa Szkoła Finansów i Zarządzania (WSFiZ), Pawia 55, s. 305

„Znaczenie firm rodzinnych w Europie i ich potencjał na przyszłość”

Ekonomiści już dawno dostrzegli znaczenie firm rodzinnych w dobrze funkcjonującej gospodarce. Zostało to udokumentowane badaniami gospodarek w wielu krajach i regionach świata. W Unii Europejskiej ponad 60% przedsiębiorstw stanowią firmy rodzinne - od marek globalnych takich jak IKEA czy Porsche, po mikro przedsiębiorstwa w małych miejscowościach. Według szacunków firmy rodzinne zatrudniają ponad połowę pracowników w całej Europie. Martin Stepek jako jeden z 10 dzieci Jana Stepka jest szczególnie predystynowany do roli eksperta przedsiębiorczości w zakresie firm rodzinnych. Wykład i dyskusja wsparte tłumaczeniem dwujęzycznym.

Piątek, 22 maja, 12.00 -13.30

Wyższa Szkoła Finansów i Zarządzania (WSFiZ), Pawia 55, s. 112

Warsztat uważności

Wykłady i zajęcia z praktyki uważności mentalnej (mindfulness) prowadzone przez Martina Stepka z pomocą doświadczonego nauczyciela uważności Ewy Kaian Kochanowskiej, równoległe w języku angielskim i polskim.

Uważność mentalna to oparty na teorii program zdrowia psychicznego obejmujący techniki samoregulacji myśli i działań. Nauczanie praktyk mindfulness staje się coraz bardziej popularne w Europie, Ameryce Północnej i Australii. Różne aspekty tej metody stały się przedmiotem badań naukowych na wiodących uniwersytetach świata pokazując wiele istotnych korzyści praktykowania uważności: poczucie spokoju wewnętrznego, korzyści dla osób z lękiem zdrowotnym, zapobieganie nawrotom depresji, kontrolowanie negatywnych emocji, wzmacnianie pozytywnego nastawienia, poprawa koncentracji uwagi i samoregulacji, lepsza jakość życia.

Sobota, 23 maja, 9:30 -11:00

Wyższa Szkoła Finansów i Zarządzania (WSFiZ), Pawia 55, s. 12

Warsztat uważności

Wykłady i zajęcia z praktyki uważności mentalnej (mindfulness) prowadzone przez Martina Stepka z pomocą doświadczonego nauczyciela uważności Ewy Kaian Kochanowskiej, równoległe w języku angielskim i polskim.

DODATKOWE INFORMACJE

Film o życiu Jana Stepka pt. "For There is Hope" ----->



KOMITET ORGANIZACYJNY

Wyższa Szkoła Finansów i Zarządzania - www.vizja.pl

Inicjatywa Firm Rodzinnych - www.firmyrodzinne.pl

British Polish Chamber of Commerce - www.bpcc.org.pl

Klinika Stresu - www.klinikastresu.com.pl

REJESTRACJA NA WARSZATY

Uczestnicy mogą się rejestrować na jeden z dwóch Warsztatów uważności wypełniając formularz w internecie.



Termin rejestracji: 22 maja 2015.

Wydarzenie jest ogólnodostępne, ale organizatorzy zwracają się z uprzejmą prośbą o dobrowolne darowizny w wysokości 10-15 zł. na koszty organizacyjne. Darowizny proszę wpłacać na konto uczelni.

KONTAKT

Edyta Jaśkiewicz

Wyższa Szkoła Finansów i Zarządzania

Dział Promocji i Rozwoju

e.jaskiewicz@vizja.pl

tel. 609 028 388

ORGANIZATORZY:

Barbara Jacennik, Ph.D

Wyższa Szkoła Finansów i Zarządzania

Wydział Psychologii

jacennik@vizja.pl

Leszek Wieciech

wieciech-portal@wp.pl