

# WARSZTATY TO EMPOWER!

PERSPEKTYWA PRZYSZŁOŚCI  
- KOBIETA W ŻYCIU I W BIZNESIE

AGENDA

21-23 SIERPNIĄ 2020

Hotel Bania \*\*\*\* Thermal & Ski

# 01

## TWOJA NATURALNA MOC TRENER: KATARZYNA JAGIEŁŁO

**Jeżeli chcesz świadomie budować swoją tożsamość kluczem będzie zrozumienie swoich naturalnych talentów i predyspozycji.**

Profil osobowości i Twój Naturalny Styl Przywództwa są znaczącym ułatwieniem w budowaniu Twojego świadomego wizerunku. Poznając swoje najsilniejsze strony możesz się na nich skupić, by wznieść się na wyżyny leadershipu i wystąpień.

Nauczysz się wykorzystywać swoje atuty wynikające z Twoich naturalnych cech, a nie będziesz próbowała udawać kogoś, kim nie jesteś, wzorując się na innych. To co dla kogoś innego jest formułą sukcesu, dla Ciebie może być formułą porażki i na odwrót.

Często się też zdarza, że nie doceniamy naszych naturalnych zdolności, bo to takie oczywiste, podczas gdy to, co przychodzi Ci z lekkością dla innych może być piętą achillesową.

Kolejnym krokiem będzie zaimplementowanie zdobytej wiedzy na temat siebie i innych do sztuki autoprezentacji i zbudowania rewelacyjnego bio. Tak, żeby każdy kto Cię usłyszy chciał Cię zapamiętać, bo wydasz mu się szalenie interesującą osobą na tle innych.

# 01

## TWOJA NATURALNA MOC TRENER: KATARZYNA JAGIEŁŁO

**Powitanie, przedstawienie, zbadanie oczekiwań i kontrakt.  
Rozpoczynamy o 10:00.**

**10.00 – 11:30 - część I**

[Przerwa kawowa 30 min](#)

**12.00- 14.00 - część II**

[Przerwa lunch 45 min](#)

**14:45 – 16:00 - część III**

[Przerwa kawowa 15min](#)

**16:15 – 18:00 - część IV**

### **Zagadnienia:**

1. Czym jest Twój Naturalny Styl Przywództwa i jak go wykorzystać w zarządzaniu?
2. Jak odkryć i pokazać swoją niepowtarzalną tożsamość?
3. Jak się przedstawiać i mówić, żeby inni chcieli Cię słyszeć?

Warsztaty te zostały przygotowane specjalnie na prośbę liderok, którzy poszukują skutecznych metod do zarządzania sobą, zespołem i organizacją, mogąc przy tym w pełni wykorzystywać swoje naturalne talenty i predyspozycje. Dzięki temu warsztatowi rozwinięsz swoje umiejętności przywódcze poznając siebie oraz swoje naturalne talenty i kompetencje, a także nauczysz się robić świetne pierwsze wrażenie.

# 01

## TWOJA NATURALNA MOC TRENER: KATARZYNA JAGIEŁŁO

### **Dowiesz się:**

1. Jaką liderką jesteś i jakie narzędzia będą dla Ciebie idealne?
2. Dlaczego nie warto wzorować się na innych jeżeli nie znamy ich profilu osobowości?
3. Z kogo brać przykład w Twoim przypadku?
4. Jak wykorzystać swoje najsilniejsze strony do budowania kariery/biznesu?
5. Jak wykorzystać system Talent Dynamics, z którego z sukcesem korzystają liderzy na całym świecie?

### **Nauczysz się jak:**

1. Prezentować siebie w sposób magiczny.
2. Definiować swoją odmienność względem innych i pokazywać ją jako wartość, którą wnosisz.
3. Mówić pewnie o swoich mocnych stronach.
4. Sprawdzać, czy powinnaś wchodzić we współpracę z innymi.

# 02

## MARKA TO JA

## TRENER: MARCIN ANDRZEJEWSKI

### **Powitanie, Marka To Ja - część merytoryczna**

**10.00 – 11:00**

1. Wykład mentoringowy
2. Historia moja i historie inspirujących ludzi sukcesu, których miałem okazję poznać, jako motywacja do działania
3. Jasne i ciemne strony prowadzące do sukcesu - wstęp do części warsztatowej
4. Nieświadome korzystanie z własnej marki

Przerwa kawowa 15 min

### **Marka To Ja - część warsztatowa**

**11:15 – 14:00**

1. Poznaj siebie
2. Znajdź swoje mocne strony i wartości, którymi kierujesz się w życiu
3. Weryfikacja Social Mediów, jako narzędzia mówiącego o tym, jak wzajemnie się postrzegamy

Przerwa lunch 45 min

**14:45 – 16:00**

4. Oczekiwania i rzeczywistość - jak chcemy być postrzegani, a jak jesteśmy postrzegani
5. Ćwiczenie z autoprezentacji - elevator pitch
6. Podsumowanie, czyli odkrywanie nowych mocnych stron

# 03

## BUDOWANIE WIZERUNKU BIZNESOWEGO TRENER: ZUZANNA KARCZ

Budowanie wizerunku biznesowego  
10:00

### 1. Wprowadzenie

- Czym jest wizerunek w odniesieniu modowym,
- Jak budować wizerunek od postaw,
- Cechy charakteru a prezentacja,
- Konsekwencja źródłem sukcesu,
- Indywidualizm jako wartość wizerunkowa

### 2. Psychologia mody

- pierwsze wrażenie - wprowadzenie do tematu
- pewność siebie - cecha przywódcy,
- świadomość w budowaniu wizerunku
- manipulacje wizerunkowe,
- międzynarodowe różnice kulturowe a ich wpływ na ocenę wizerunku,
- znaczenie wizerunku w biznesie.

### 3. Sylwetka i typ urody jako wyznacznik kierunku.

- omówienie typów sylwetek,
- analiza kolorystyczna,
- przeżycia definiujące styl,

### 4. MUST HAVE, czyli biznesowy niezbędnik każdej kobiety.

- podstawy budowania garderoby,
- elementy wizerunku biznesowego,
- akcesoria i ich wpływ na wizerunek,

### 5. Zasady w modzie - czy istnieją?

- zasady łączenia kolorów,
- kroje i ich zasadniczy wpływ na sylwetkę,
- popętniane błędy i jak ich uniknąć.

# 03

## BUDOWANIE WIZERUNKU BIZNESOWEGO TRENER: ZUZANNA KARCIŃSKA

### 6. DRESS CODE

- czym jest dress code?
- podstawowe zasady dress code biznesowego,
- casual, business, informal, black tie i inne style w modzie - omówienie
- dress code a kultura organizacyjna firmy,

### 7. Styl kompletny, czyli moda, pielęgnacja, włosy i zapach.

- pielęgnacja - jak dobrać kosmetyki?
- włosy - budowanie proporcji twarzy,
- STYLE CODE - podsumowanie zasad wizerunkowych.

### 8. Nowa moda, czyli kupuj odpowiedzialnie

- jakość nie ilość,
- no waste,
- ekologia w świecie mody.

### 9. Polska moda, czyli wspieraj własny rynek.

- Polscy projektanci - charakterystyka

Konsultacje indywidualne - 30 minut.

# 03

## JAK NAMALOWAĆ SOBIE SUKCES CZYLI MAKIJĄŻ W BIZNESIE TRENER: ANNA ŁYSZKOWSKA

1. Aperitif – demakijaż, pielęgnacja i typy urody.
2. Inwestycja w pewność siebie – dobrze skompletowana kosmetyczka.
3. Czego nie powiesz o sobie? – tuszowanie niedoskonałości.
4. Najlepsza wersja siebie – podkreśl co kochasz.
5. Mniej znaczy więcej – umiar sprzymierzeńcem piękna.
6. Profesjonalne techniki – profesjonalny wizerunek.
7. Wisienka na torcie – poczuj się dobrze pozostając sobą.

W trakcie szkolenia Trenerka wykona makijaż pokazowy.



„Traktuj człowieka według tego, jakie sprawia  
wrażenie, a uczynisz go gorszym.  
Ale traktując go według tego, kim mógłby być,  
naprawdę takim go uczynisz”.

Joham Wolfgang Goethe

**CHCESZ STAĆ SIĘ JEDNĄ Z OSÓB, KTÓRE WEZMĄ UDZIAŁ W WARSZTATACH?**

**NIE CZEKAJ I JUŻ DZIŚ ZAREZERWUJ BILET TELEFONICZNIE LUB MAILOWO**

MONIKA LICHOTA – TEL. + 48 500 029 908  
MONIKA@AKADEMIAKOBIET.PL