



LEARNIFY SPÓŁKA
Z OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,6 / 5

278 ocen

SZKOLENIE AKADEMIA MAREK OSOBISTYCH

Numer usługi 2025/09/15/192501/3008355

📍 Łódź / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 48 h

📅 21.02.2026 do 22.03.2026

4 800,00 PLN brutto

4 800,00 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Biznes / Marketing

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do przedsiębiorców, freelancerów, twórców internetowych, trenerów, coachów oraz osób budujących markę osobistą, które chcą w pełni wykorzystać potencjał social mediów, a zwłaszcza Instagrama. To propozycja dla osób rozpoczynających działania online, jak i tych, które już publikują, ale chcą zwiększyć skuteczność, spójność i profesjonalizm swoich treści oraz rozwinąć odporność psychiczną w pracy z mediami społecznościowymi.

Minimalna liczba uczestników

8

Maksymalna liczba uczestników

14

Data zakończenia rekrutacji

19-02-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

48

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie prowadzi do zdobycia kompleksowej wiedzy i praktycznych umiejętności w zakresie budowania marki osobistej i biznesowej w social mediach, ze szczególnym uwzględnieniem Instagrama. Uczestnicy poznają strategię, optymalizację profilu, tworzenie oraz montaż treści wideo, a także rozwijają odporność psychiczną. Szkolenie daje możliwość świadomego prowadzenia działań online, zwiększania sprzedaży, budowania społeczności oraz przygotowania planu publikacji na 30 dni.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Definiuje niszę, klienta idealnego oraz cele działań w social media.	Wybiera poprawny opis niszy spośród podanych przykładów.	Test teoretyczny
	Dopasowuje profil klienta idealnego do wskazanej strategii.	Test teoretyczny
	Wskazuje trzy czynniki wpływające na działanie algorytmu.	Test teoretyczny
Charakteryzuje algorytm Instagrama, formaty treści i zasady zwiększania zasięgów.	Rozróżnia formaty treści na podstawie opisów.	Test teoretyczny
Rozróżnia techniki nagrań (a-roll, b-roll, vlog, gadająca głowa) oraz narzędzia montażowe.	Identyfikuje poprawny typ nagrania na podstawie przykładu.	Test teoretyczny
	Dobiera aplikację montażową do wskazanego zadania.	Test teoretyczny
	Rozpoznaje różnicę między hejtem a krytyką konstruktywną.	Test teoretyczny
	Wskazuje poprawną metodę reakcji na trudny komentarz.	Test teoretyczny
Opisuje strategię radzenia sobie z hejtem, krytyką i presją w social media.		
Projektuje profil na Instagramie, który wspiera konwersję.	Wybiera element bio, który najlepiej odzwierciedla ofertę.	Test teoretyczny
	Rozpoznaje zdjęcie profilowe spójne z marką.	Test teoretyczny
Tworzy harmonogram treści i przygotowuje scenariusz reels.	Dopasowuje format treści do wskazanego celu marketingowego.	Test teoretyczny
	Układa poprawną kolejność elementów w scenariuszu reels.	Test teoretyczny
Nagrywa i montuje materiały wideo z wykorzystaniem dostępnych aplikacji.	Rozpoznaje właściwą technikę nagrania do podanego przykładu.	Test teoretyczny
	Identyfikuje funkcję montażową potrzebną do realizacji zadania.	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Opracowuje plan publikacji na 30 dni i analizuje swoje działania online.	Wybiera odpowiednie dni i częstotliwość publikacji do wskazanej strategii.	Test teoretyczny
	Analizuje poprawne wskaźniki efektywności działań.	Test teoretyczny
Prezentuje treści w sposób spójny i pewny, wykorzystując techniki wystąpień publicznych.	Rozpoznaje technikę oddechową redukującą stres.	Test teoretyczny
	Wybiera poprawne zachowanie przed kamerą spośród opcji.	Test teoretyczny
Stosuje strategie budowania odporności psychicznej i konsekwencji w działaniach online. Współpracuje w grupie podczas ćwiczeń warsztatowych, dzieląc się doświadczeniami i feedbackiem.	Identyfikuje działanie będące przykładem higieny cyfrowej.	Test teoretyczny
	Wybiera prawidłową strategię utrzymania regularności publikacji.	Test teoretyczny
	Wskazuje właściwy sposób udzielania informacji zwrotnej.	Test teoretyczny
	Rozpoznaje postawę wspierającą pracę zespołową.	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

DZIEŃ 1 STRATEGIA

MODUŁ 1 - STRATEGIA

Wstęp - jak odnieść sukces w Social media?

Nisza - co to jest i czemu musisz ją określić?

Określ swojego klienta idealnego

Znajdź swoje wyróżniki, określ swój styl

4 główne cele działań w Social Media

Analiza strategii uczestników szkolenia

MODUŁ 2 - PROFIL, KTÓRY KONWERTUJE

Nazwa to podstawa! Analiza i wybór nazwy konta, które lubi IG i które zapada w pamięć.

Optymalizacja profilu pod lepsze wyszukiwanie na Instagramie oraz Google

Zdjęcie profilowe, które przyciąga.

Relacje wyróżnione, które konwertują oglądających w klientów

Feed, który konwertuje odwiedzających w klientów

Analiza profili uczestników szkolenia/warsztaty praktyczne - każdy z uczestników poprawia lub tworzy swoją nazwę profilu, bio, zdjęcie profilowe oraz relacje wyróżnione

DZIEŃ 2 ODPORNOŚĆ PSYCHICZNA

MODUŁ 1

Wprowadzenie i fundamenty odporności psychicznej w social mediach

Krótką rozgrzewka / ćwiczenie integracyjne

Mechanizmy presji, porównań i krytyki w mediach społecznościowych

Czym naprawdę jest trening mentalny i dlaczego działa

Ćwiczenie: rozpoznawanie własnych schematów myślowych i reakcji emocjonalnych

MODUŁ 2

Jak wytrwać w postanowieniach i utrzymać regularność

Dlaczego motywacja nie wystarcza – rola nawyków i dyscypliny

Techniki wyznaczania celów w social mediach

Ćwiczenie: indywidualny plan „mini-nawyków” na 7 dni

MODUŁ 3

Praktyczne strategie radzenia sobie z hejtem i krytyką

Czym różni się krytyka konstruktywna od hejtu

Metody reagowania: od zarządzania emocjami po komunikację

Ćwiczenie w parach: symulacja odpowiedzi na trudne komentarze

MODUŁ 4

Obawy i blokady przy wystąpieniach online

Źródła lęku przed publikacją czy kamerą

Proste techniki redukcji stresu przed nagraniem / live'em

Ćwiczenie: krótkie wystąpienie przed grupą z feedbackiem

DZIEŃ 3 STRATEGIA CZĘŚĆ II

MODUŁ 1 - STRATEGIA CZĘŚĆ II

Jak działa algorytm? Jak go ujarzmić?

Najpopularniejsze formaty wideo na Social Media

Analiza rynku i konkurencji

Pomysły na reels - skąd je brać?

Konwersja pomysłów i inspiracji w harmonogram treści

Przygotowanie scenariuszy do reels - najważniejsze elementy, o których nie możesz zapomnieć

Praca warsztatowa - analiza konkurencji, poszukiwanie najlepszych treści

MODUŁ 2 - PRACA WARSZTATOWA

Sprzęt, który przyda Ci się podczas nagrywania reels

Konfiguracja telefonu - poznaj jego możliwości

Kadr

Perspektywa

Praca ze światłem

A-roll, a b-roll

Praca warsztatowa

DZIEŃ 4 – WYSTĄPIENIA PUBLICZNE

1. Świadomość ciała (ciało jako narzędzie aktora/ trenera), emisja głosu i wymowa.
2. Ice breakers - przełamywanie lodów z nowo poznanymi osobami, ćwiczenia integracyjne.
3. Podstawy wystąpień publicznych (planowanie w odniesieniu do dramaturgii scenicznej).
4. Autoprezentacja.
5. Gry improwizacyjne (budowanie statusu, radzenie sobie z tremą).
6. Emocje i praca z kamerą.
7. Aranżowanie przestrzeni, podstawy kompozycji obrazu.
8. Odpowiedni dobór środków wyrazu.
9. 5 minutowa prezentacja przed kamerą – omówienie błędów i wskazówki

DZIEŃ 5 NAGRANIA

MODUŁ 1 - NAGRANIA WARSZTATY PRAKTYCZNE

Nagranie reels typu "gadająca głowa"

Nagranie reels typu vlog z voice over

Nagranie materiałów typu b-roll oraz a-roll

MODUŁ 2 - MONTAŻ WARSZTATY PRAKTYCZNE

Montaż w CapCut

Montaż w Edits

Montaż w aplikacji Instagram

Przygotowanie okładki w aplikacji Canva

Publikacja reels bezpośrednio w aplikacji Edits oraz Instagram

DZIEŃ 6 ANALIZA DZIAŁAŃ

MODUŁ 1 - ANALIZA DZIAŁAŃ

Analiza działań uczestników - dobre i złe praktyki

Dalsze rekomendacje dla uczestników

Plan publikacji na kolejne 30 dni

Reels próbne - wykorzystaj ich potencjał, czym są, jak je tworzyć, jak je publikować?

Pozostałe przydatne narzędzia Instagrama - remiks, repost, tworzenie sekwencji z reels

MODUŁ 2 - PODSUMOWANIE

Podsumowanie

Walidacja efektów uczenia się

Zajęcia prowadzone w ramach szkolenia będą realizowane metodami interaktywnymi i aktywizującymi jako metody umożliwiające uczenie się w oparciu o doświadczenie pozwalające uczestnikom na ćwiczenie umiejętności. Szkolenie jest dostosowane do poziomu zaawansowania uczestników i specyfiki działalności firmy.

Szkolenie składa się z części zarówno teoretycznej w wymiarze 3:30 h jak i praktycznej w wymiarze 38:30h. Usługa jest realizowana w godzinach zegarowych, a przerwy są wliczone w czas trwania usługi.

Szkolenie odbędzie się w salach szkoleniowych Hotelu Mazowieckiego Łódź, ul. 28 Pułku Strzelców Kaniowskich 53/57 w terminach :

21 i 22 lutego – sala Deja Vu

7 i 8 marca - sala Klubowa

21 i 22 marca – sala Deja Vu

Otwarte sale z wentylacją i oknami, celem wietrzenia pomieszczenia i zapewnienia uczestnikom odpowiednich warunków.

Walidacja efektów uczenia się uczestników usługi odbędzie się za pośrednictwem zestawu pytań testowych, zaprojektowanych przez osobę walidującą. Na koniec szkolenia, osoba walidująca usługę rozda uczestnikom szkolenia test walidacyjny. Trener nie będzie ingerować w jakiegokolwiek formie w ocenę wyników testu ani w proces jego wypełniania. Osoba walidująca dokona oceny i weryfikacji efektów uczenia się uczestników, następnie przekaze efekty walidacji.

Szkolenie prowadzone przez kilku trenerów oraz niezależnego walidatora. Kolejno:

21-02-2026 - Ilona Bałuska

22-02-2025 - Joanna Deblar

07-03-2026 - Ilona Bałuska

08-03-2026 - Konrad Michalak

21-03-2026 - Ilona Bałuska

22-03-2026 - Ilona Bałuska

22-03-2026 - walidator - Kinga Przybyłowska

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 50

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 50 Powitanie uczestników, wprowadzenie do szkolenia. Zajęcia teoretyczne..	Ilona Bałuska	21-02-2026	09:00	09:30	00:30
2 z 50 STRATEGIA: Wstęp, nisza, klient idealny, wyróżniki, cele działań. Zajęcia praktyczne.	Ilona Bałuska	21-02-2026	09:30	11:00	01:30
3 z 50 Przerwa kawowa.	Ilona Bałuska	21-02-2026	11:00	11:15	00:15
4 z 50 STRATEGIA: Analiza strategii uczestników. Zajęcia praktyczne.	Ilona Bałuska	21-02-2026	11:15	12:45	01:30
5 z 50 Przerwa obiadowa.	Ilona Bałuska	21-02-2026	12:45	13:15	00:30
6 z 50 PROFIL, KTÓRY KONWERTUJE: Nazwa konta, optymalizacja profilu, zdjęcie profilowe. Zajęcia praktyczne,	Ilona Bałuska	21-02-2026	13:15	14:45	01:30
7 z 50 Przerwa kawowa.	Ilona Bałuska	21-02-2026	14:45	15:00	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 50 PROFIL, KTÓRY KONWERTUJE: Relacje wyróżnione, feed, warsztaty praktyczne (bio, zdjęcie, relacje). Zajęcia praktyczne.	Ilona Bałuska	21-02-2026	15:00	16:30	01:30
9 z 50 Podsumowanie dnia, pytania, refleksja. Zajęcia teoretyczne..	Ilona Bałuska	21-02-2026	16:30	17:00	00:30
10 z 50 Wprowadzenie i fundamenty odporności psychicznej, ćwiczenia integracyjne. Zajęcia praktyczne.	Joanna Delbar	22-02-2026	09:00	10:30	01:30
11 z 50 Przerwa kawowa.	Joanna Delbar	22-02-2026	10:30	10:45	00:15
12 z 50 Wyrwałość w postanowieniach, plan mini-nawyków. Zajęcia praktyczne.	Joanna Delbar	22-02-2026	10:45	12:15	01:30
13 z 50 Przerwa obiadowa.	Joanna Delbar	22-02-2026	12:15	12:45	00:30
14 z 50 Radzenie sobie z hejtem i krytyką, ćwiczenie w parach. Zajęcia praktyczne.	Joanna Delbar	22-02-2026	12:45	14:15	01:30
15 z 50 Przerwa kawowa.	Joanna Delbar	22-02-2026	14:15	14:30	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
16 z 50 Obawy i blokady przy wystąpieniach online, ćwiczenie przed grupą. Zajęcia praktyczne	Joanna Delbar	22-02-2026	14:30	16:30	02:00
17 z 50 Budowanie odporności psychicznej, plan „kotwic”. Zajęcia teoretyczne.	Joanna Delbar	22-02-2026	16:30	17:00	00:30
18 z 50 STRATEGIA CZĘŚĆ II: Algorytm, formaty video, analiza rynku i konkurencji. Zajęcia praktyczne.	Ilona Bałuska	07-03-2026	09:00	10:30	01:30
19 z 50 Przerwa kawowa.	Ilona Bałuska	07-03-2026	10:30	10:45	00:15
20 z 50 Pomysły na reels, konwersja inspiracji, przygotowanie scenariuszy. Zajęcia praktyczne.	Ilona Bałuska	07-03-2026	10:45	12:15	01:30
21 z 50 Przerwa obiadowa.	Ilona Bałuska	07-03-2026	12:15	12:45	00:30
22 z 50 Sprzęt, konfiguracja telefonu, kadr, perspektywa. Zajęcia praktyczne.	Ilona Bałuska	07-03-2026	12:45	14:15	01:30
23 z 50 Przerwa kawowa.	Ilona Bałuska	07-03-2026	14:15	14:30	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
24 z 50 Praca ze światłem, nagranie a-roll i b-roll, praktyka. Zajęcia praktyczne.	Ilona Bałuska	07-03-2026	14:30	16:30	02:00
25 z 50 Podsumowanie dnia, pytania i refleksja. Zajęcia teoretyczne.	Ilona Bałuska	07-03-2026	16:30	17:00	00:30
26 z 50 Świadomość ciała, emisja głosu, wymowa, ice breakers. Zajęcia praktyczne.	Konrad Michalak	08-03-2026	09:00	10:30	01:30
27 z 50 Przerwa kawowa.	Konrad Michalak	08-03-2026	10:30	10:45	00:15
28 z 50 Podstawy występów publicznych, autoprezentacja, gry improwizacyjne. Zajęcia praktyczne,.	Konrad Michalak	08-03-2026	10:45	12:15	01:30
29 z 50 Przerwa obiadowa.	Konrad Michalak	08-03-2026	12:15	12:45	00:30
30 z 50 Emocje, praca z kamerą, aranżacja przestrzeni i kompozycja obrazu. Zajęcia praktyczne.	Konrad Michalak	08-03-2026	12:45	14:15	01:30
31 z 50 Przerwa kawowa.	Konrad Michalak	08-03-2026	14:15	14:30	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
32 z 50 Dobór środków wyrazu, 5-minutowa prezentacja przed kamerą, omówienie błędów. Zajęcia praktyczne.	Konrad Michalak	08-03-2026	14:30	16:30	02:00
33 z 50 Podsumowanie dnia i pytania. Zajęcia teoretyczne,	Konrad Michalak	08-03-2026	16:30	17:00	00:30
34 z 50 Nagranie reels „gadająca głowa” i vlog z voice over. Zajęcia praktyczne.	Ilona Bałuska	21-03-2026	09:00	10:30	01:30
35 z 50 Przerwa kawowa.	Ilona Bałuska	21-03-2026	10:30	10:45	00:15
36 z 50 NAGRANIA: Nagranie a-roll i b-roll. Zajęcia praktyczne.	Ilona Bałuska	21-03-2026	10:45	12:15	01:30
37 z 50 Przerwa obiadowa.	Ilona Bałuska	21-03-2026	12:15	12:45	00:30
38 z 50 Montaż w CapCut i Edits. Zajęcia praktyczne.	Ilona Bałuska	21-03-2026	12:45	14:15	01:30
39 z 50 Przerwa kawowa.	Ilona Bałuska	21-03-2026	14:15	14:30	00:15
40 z 50 Montaż w Instagram, przygotowanie okładki w Canvie, publikacja reels. Zajęcia praktyczne.	Ilona Bałuska	21-03-2026	14:30	16:30	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
41 z 50 Podsumowanie dnia, pytania, refleksja. Zajęcia teoretyczne.	Ilona Bałuska	21-03-2026	16:30	17:00	00:30
42 z 50 Analiza działań uczestników: dobre i złe praktyki. Zajęcia praktyczne.	Ilona Bałuska	22-03-2026	09:00	10:30	01:30
43 z 50 Przerwa kawowa.	Ilona Bałuska	22-03-2026	10:30	10:45	00:15
44 z 50 Plan publikacji, reels próbne, narzędzia Instagrama. Zajęcia praktyczne.	Ilona Bałuska	22-03-2026	10:45	12:15	01:30
45 z 50 Przerwa obiadowa.	Ilona Bałuska	22-03-2026	12:15	12:45	00:30
46 z 50 Kontynuacja warsztatów praktycznych, analiza i wdrożenia. Zajęcia praktyczne.	Ilona Bałuska	22-03-2026	12:45	14:45	02:00
47 z 50 Przerwa kawowa.	Ilona Bałuska	22-03-2026	14:45	15:00	00:15
48 z 50 Reels próbne. Zajęcia praktyczne.	Ilona Bałuska	22-03-2026	15:00	15:30	00:30
49 z 50 Pozostałe przydatne narzędzia Instagrama - remiks, repost, tworzenie sekwencji z reels. Zajęcia praktyczne.	Ilona Bałuska	22-03-2026	15:30	16:30	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
50 z 50 Walidacja efektów uczenia się.	-	22-03-2026	16:30	17:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 800,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 800,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	100,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 3



1 z 3

Ilona Bałuska

baluska.ilona@gmail.com

"Obszar specjalizacji: Obsługa i prowadzenie kanałów Social Media w szczególności: Facebook oraz Instagram. Prowadzenie kampanii marketingowych online. Budowanie wizerunku oraz świadomości marki.

Doświadczenie zawodowe: Właścicielka oraz założycielka Agencji Marketingowej – Redbone zajmującej się kompleksową obsługą firm oraz indywidualnych podmiotów m.in. poprzez branding, projektowanie stron i sklepów internetowych, organizowanie sesji zdjęciowych wizerunkowych oraz produktowych, udzielanie konsultacji z zakresu budowania świadomości marki online. Od dwóch lat związana głównie z marketingiem pomaga swoim klientom „zaistnieć w sieci” oraz poprawić efektywność sprzedażową m.in. poprzez konsultacje, ustalanie planu publikacji na kanałach Social Media, ustalenie odpowiedniego języka komunikacji. Nadzoruje i wdraża kampanie marketingowe i sprzedażowe.

Doświadczenie zawodowe: Uczestniczka licznych szkoleń, wykładów oraz warsztatów z zakresu budowania wizerunku online oraz Social Media. Prowadzi również konsultacje i warsztaty z fotografii mobilnej oraz zagadnień związanych z budowaniem wizerunku online. Wykształcenie: wyższe kierunkowe. Absolwentka Uniwersytetu Łódzkiego." Co najmniej 120 godzinne doświadczenie doradcy w prowadzeniu usług i walidacji dla osób dorosłych w ostatnich 24 m-ch przed dniem rozpoczęcia usługi. Doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat lub kwalifikacje nabyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą opublikowania usługi.

**2 z 3**

Konrad Michalak

konrad.j.michalak@gmail.com

Absolwent Wydziału Aktorskiego PWSFTviT w Łodzi, obecnie doktorant tej uczelni. Absolwent Wydziału Prawa i Administracji Uniwersytetu Łódzkiego (kierunku prawo). Po uzyskaniu dyplomu aktorskiego rozpoczął pracę w międzynarodowym zespole teatru Nuovo Teatro delle Commedie z siedzibą w Livorno we Włoszech. Od 2013 roku aktor w zespole Teatru Nowego im. Kazimierza Dejmka w Łodzi, a od 2019 również prawnik w tej instytucji. Współpracuje także m.in. z Teatrem Małym w Łodzi, Krakowskim Teatrem Scena STU, Teatrem IMKA w Warszawie, Konsulatem Kultury w Gdyni. W filmie natomiast debiutował w roli Bohdana "Bodo" Pudłowskiego w Małej Maturze 1947 w reż. Janusza Majewskiego. Na małym ekranie można go było oglądać m.in. w serialach Na dobre i na złe, Komisarz Alex, 1918. Wojna i miłość, M jak miłość, Pierwsza miłość. Zajmuje się również produkcją nagrań lektorskich, jak również sam pracuje jako lektor. Współtworzy portal Nalekcie.pl, gdzie działa również jako twórca wideo. Prowadzi zajęcia na studiach podyplomowych na Uniwersytecie Łódzkim w zakresie autoprezentacji i podstaw działań aktorskich. Prowadzi warsztaty teatralne zarówno dla dzieci, młodzieży, jak i osób dorosłych. Co najmniej 120 godzinne doświadczenie doradcy w prowadzeniu usług i walidacji dla osób dorosłych w ostatnich 24 m-ch przed dniem rozpoczęcia usługi. Doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat lub kwalifikacje nabyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą opublikowania usługi.

**3 z 3**

Joanna Delbar

Obszarem pracy Joanny Delbar są głównie struktury biznesowe: korporacje, organizacje, instytucje. Pracuje z liderami, menadżerami, którzy na co dzień doświadczają ogromnej presji i stresu. Uczy jak mądrze stawiać granice, odnajdować pasję, dobrze planować i cieszyć się życiem łącząc pracę ciała z umysłem i energią życiową. Ukończyła m.in. Studium Nauczycielskie „The Institute for Mindfulness Based Approches w Niemczech - certyfikat nauczyciela MBSR” (Mindfulness Based Stress Reduction), 4 letnią Szkołę Rozwoju Osobistego w Centro Shri Vivek w Barcelonie i roczny trening zen coachingu prowadzony przed Kore Lanfelda. Wykładowca Politechniki Warszawskiej i Wyższej Szkoły Menadżerskiej w obszarze coachingu, wystąpień publicznych i uważności w zarządzaniu. Przez 16 lat prowadziła agencję PR, doświadczając stresu bycia menadżerem firmy. Uczestniczka szkoleń - Jivana Vismaya, specjalizującego się w pracy z systemem nerwowym. Obecnie, kontynuuje naukę na organizowanych przez Centro Shri Vivek warsztatach dla nauczycieli w Polsce, Hiszpanii i Indiach oraz w szwedzkim instytucie Zen Coachingu. Co najmniej 120 godzin doświadczenia w realizowaniu szkoleń z podobnej tematyki dla osób dorosłych, w ciągu ostatnich 24 miesięcy. Doświadczenie zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed realizacją usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Prezentacja trenera do wglądu w trakcie trwania usługi.

Konspekty przygotowane przez trenera.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uzyskania zaświadczenia/ certyfikatu jest uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć usługi rozwojowej oraz zaliczenie testu walidującego efekty uczenia się na min. 80%.

Informacje dodatkowe

Walidacja efektów uczenia się uczestników usługi odbędzie się za pośrednictwem zestawu pytań testowych, zaprojektowanych przez osobę walidującą. Na koniec szkolenia, Osoba walidująca usługę rozda uczestnikom szkolenia test walidacyjny. Trener nie będzie ingerować w jakiegokolwiek formie w ocenę wyników testu ani w proces jego wypełniania. Osoba walidująca dokona oceny i weryfikacji efektów uczenia się uczestników, następnie przekaże efekty walidacji.

Adres

ul. 28 Pułku Strzelców Kaniowskich 53/57

90-640 Łódź

woj. łódzkie

Szkolenie odbędzie się w salach szkoleniowych Hotelu Mazowieckiego w Łodzi, ul 28 Pułku Strzelców Kaniowskich 53/57. Otwarta sala z wentylacją i oknami, celem wietrzenia pomieszczenia i zapewnienia uczestnikom odpowiednich warunków.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Monika Kawka

E-mail monika@learnify.com.pl

Telefon (+48) 661 329 367