



MARKA JEST KOBIETĄ



autor foto: Bartek Klis

Karolina Karolczak

Twoja droga i cele wpływają na Twój sukces w życiu

Małgorzata Michalak-Bartkowiak

Biznes z wysokiego „C”

Grażyna Paturalska

Kiedy zaczynałam wszystko od nowa...

Marzena Mielczarek

„Genetyczne CV” czyli indywidualna strategia dla własnego ZDROWIA

Bonanza Style - Monika Sałapat

Moda i Ty
świadome budowanie
własnego wizerunku

34 Kobiet na fali

MARKA JEST KOBIETĄ



fot: Gordon Blackler

Szanowne Panie,

klubowiczki, partnerzy, sympatycy i wszyscy czytelnicy naszego pierwszego numeru Klubu Marka jest kobietą.

Po dwóch latach od oficjalnego powstania naszej markowej społeczności i działań, gdzie wszystko zaczęło się właśnie w marcu, miesiącu kobiet, Dniu Kobiet, z nieskrywaną przyjemnością oddaję w Wasze ręce pierwszy numer naszego e-Magazynu Marka jest kobietą. Tym większą dumą napawa mnie fakt, iż powstaje on w zupełnie inny od standardowych i powszechnie dostępnych czasopism na rynku. To magazyn o Was i dla Was. Magazyn, który każdego dnia nie tylko w teorii, ale właśnie w praktyce, jest owocem rozmów z Wami i o Was, w naszej markowej społeczności, wspólnej pracy i współpracy, Klubu Marka jest kobietą. Jest to więc wspaniały owoc nas wszystkich, i nigdy nie powstałby, gdyby nie autentyczne zaangażowanie, wsparcie czy po prostu dobre słowo, ze strony takich osób jak Żaneta Berus, Gordon Blackler, Ania Gasińska, Karolina Karolczak, Katarzyna Pawłowska-Zub, Joasia Węgrzyn i dziesiątek, setek Was, każdego dnia, w kilkunastu miastach w Polsce. W całej Polsce, gdzie jesteśmy obecni, razem z Wami. Bo redakcją tego magazynu jesteście Wy, a to, co opisujemy na jego stronach, dzieje się tu i teraz i jest ważne w Waszym życiu, Waszych firmach, Waszej drodze do sukcesu i rozwoju osobistego. Bo najważniejsze w życiu są wartości i relacje, które owocują. A z tak wspaniałymi osobami, ogólnopolską społecznością Marka jest kobietą, wszystko jest możliwe! Dziękuję z całego serca, ze jesteście, kłaniam się nisko, i zapraszam do lektury.

Z wyrazami szacunku,

Jarosław Waśkiewicz - Prezes Klubu Marka jest kobietą

w Numerze

04 Krzysztof Samplawski - Prezes zarządu Hotelu Nadmorski****

09 Małgorzata Michalak-Bartkowiak - Biznes z wysokiego „C”

13 Karolina Karolczak - Twoja droga i cele wpływają na Twój sukces w życiu

16 Grażyna Paturalska - Kiedy zaczynałam wszystko od nowa...

19 Marzena Mielczarek - „Genetyczne CV” czyli indywidualna strategia dla własnego ZDROWIA

23 Justyna Krawczyk, Style CoachTM - To, jak wyglądasz przekłada się na biznes!

28 Suknia ślubna dla Każdej Panny Młodej z Celebrity Bridal

32 Karolina Sozańska - Bądźmy dobre dla siebie... nie tylko na wiosnę

35 Lucyna Draczyńska - Lucreative

39 Dorota Wollenszleger - Mediacja - pozasądowa forma rozwiązywania konfliktów

43 Magdalena Raniszewska - Jak bezpiecznie zawierać umowy? Nie wszystko jest tak oczywiste, jak się „ustnie” wydaje.

49 Kamila Banaś - Moja złota droga

52 Agata Szymańska - Z życia kobiety dojrzałej - życie po 40-stce

54 Joanna Stopyra - Obudź w sobie SHERO

55 Monika Sałapat (Bonanza Style) - Moda i Ty świadome budowanie własnego wizerunku

kontakt: redakcja@biznesnafali.pl

fotografia / grafika / skład: Gordon Blackler

Aleksandra Adamiak

Właścicielka
Refmed -
gabinety
refleksologii



Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Należy słuchać ludzi wokół siebie.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

Wyznaczam sobie cele i wytrwale do nich dążę, choć czasem to nie jest łatwe.

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

To dla mnie osiągnięcie celów bez zmiany moich wartości życiowych, drobne małe sukcesy każdego dnia, dobra terapia, poprawa składają się na mój duży sukces- moją firmę

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Życzę wszystkim...aby nigdy nie opuściła Was odwaga, gdy przyjdzie porzucić swoje bezpieczne pozycje. Życzę Wam, abyście żyły w zgodzie z samym sobą i z własnym systemem wartości. To wielkie szczęście, gdy jest się zadowolonym z tego, kim się jest. Życzę Wam udziału w życiu innych ludzi.

Dbajcie o siebie, o swoje emocje, energię, dobre relacje z ludźmi, ze światem. Dbajcie o wielobarwne zadania, które będą Was mobilizowały i w które zaangażujecie się z ochotą. Każdy kolejny dzień nieustannie rzuca nam nowe wyzwania- podejmujcie je odważnie przez całe swoje życie.

A wieczorem...oglądając się za siebie lub oglądając swoje odbicie w lustrze..życzę Wam, abyście mogły obdarzyć się szczerym uśmiechem za to, czego dokonałyście.



Alina Angielczyk

Dyrektor Zarządzający Hapag-Lloyd
Polska sp. o.o. Założyciel i autor portalu
dedykowanego kobietom
www.out-o-portret.com



Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu...?

- należy pytać jak się czegoś nie rozumie;
- należy mówić, jak się czegoś chce;
- ważna jest otwartość na różne propozycje. Uatrakcyjniamy nasze życie. Ciągły rozwój i poznawanie nowych rzeczy ma pozytywny wpływ na nasze zdrowie i samopoczucie.

Moje wartości w życiu - na co dzień i w biznesie...

Podstawowa wartość w życiu do szacunek do drugiego człowieka. W biznesie przejawia się to w budowaniu zaufania we wzajemnych relacjach i odzwierciedlaniu wizerunku wiarygodnego partnera.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że...

Odwagę w biznesie rozumiem, jako poszukiwanie nowych dróg dla rozwoju działalności. Też, jako wejście w nowe obszary funkcjonowania i inwestycji. Wszystko zależy oczywiście od możliwości i kapitału danej firmy. By się rozwijać powinniśmy mieć pewną skłonność do ryzyka. Istotna jest jednak identyfikacja tych ryzyk (oszacowanie ich prawdopodobieństwa i kosztu).



O odwadze, życiowych szansach i wartościach w biznesie, z Krzysztofem Samplawskim, prezesem zarządu Hotelu Nadmorski****



rozmawia Jarosław Waśkiewicz, dyrektor zarządzający Klubu Marka jest kobietą, redaktor naczelny Biznesnafali.pl

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że...?

Odwaga w biznesie, to autentyczne i krytyczne zmierzenie/określenie własnego POTENCJAŁU.

Mam na myśli potencjał kreatywności, determinacji, organizacji, odporności na stres i sytuacje nieprzewidziane. To także potencjał umiejętności współpracy tak z innymi firmami, jak i własnymi pracownikami (lub samemu ze sobą, jeśli biznes opiera się wyłącznie na mnie). To również potencjał poświęcenia i podporządkowania własnego czasu priorytetom wynikającym z potrzeb prowadzonego biznesu. Jeśli oceniamy, że mamy odpowiedni POTENCJAŁ, to następnie pozostaje już tylko ODWAGA w podejmowaniu ryzyka biznesowego, czyli ciągłej kalkulacji zapewniającej

biznesowi rentowność czyli sukces. I nie ma większego znaczenia czy jest to sukces mierzony parametrami ekonomicznymi czy wytwarzaną wartością dodaną (nie koniecznie w postaci przyrastającego konta bankowego).

Przekonałem się / utwierdziłem w przekonaniu, że w życiu...?

Z własnego doświadczenia mogę tylko potwierdzić, że nie zawsze wartość w biznesie stanowi obrót lub zysk. Oczywiście jest to podstawowy motywator do działania gospodarczego. Osiąganie nadwyżki przychodów nad wydatkami jest warunkiem fundamentalnym.

Warto też jednak brać pod uwagę coś co nazywam „innymi wartościami niematerialnymi”. Jest to na przykład: poczucie



satysfakcji ze zrealizowanego celu/zamierzenia, który nie koniecznie musi polegać na wielkości osiągniętego zysku. Może też polegać na utrzymaniu stabilnej pozycji rynkowej pomimo ciągle przyrastającej konkurencji i zmieniających się uwarunkowaniach. Na wytwarzaniu na tyle wysokiej wartości dla klientów/odbiorców, że pomimo możliwości nie rzadko korzystniejszych cenowo zakupów u innego dostawcy, doceniają tę namacalną, pozytywną różnicę i są lojalnymi wobec naszego biznesu. Pop części oznacza to w praktyce wybudowanie własnej MARKI. To jest nie mniej ważne. Jeżeli dodatkowo pozwala osiągnąć wewnętrzną równowagę, to z czasem może to być równie lub bardziej wartościowe niż np. ambitny rozwój czy ekspansja.

Pojawiające się szanse/sytuacje biznesowe w pracy, jak i osobistym życiu...?

Pojawianie się tak zwanych okazji czyli szans jest nieodłącznym elementem realiów biznesowych. Potrzeba jednak dużego wyczucia i dogłębnej wiedzy, by móc je szybko ocenić i uznać za atrakcyjne i godne poświęcenia czasu i energii. Na ogół okazje wiążą się z ryzykiem, więc trzeba je rzetelnie skalkulować. Wykorzystanie okazji bywa stymulatorem szybkiego rozwoju własnego biznesu. Potrzeba oczywiście wiele pracy i determinacji by nie stały się ciężarem i przyczyną regresu.

Najbardziej ciekawe są szanse, które pojawiają się ze względu na zmieniającą się sytuację rynkową lub otoczenie biznesu. Wówczas decyduje kreatywność i umiejętność wyprzedzenia potrzeby rynkowej. Ta zdolność przewidywania i wytworzenie produktu lub usługi zanim zrobią to inni, daje nie tylko przewagę rynkową, ale właśnie poczucie satysfakcji i wiarę we własne możliwości. Dostrzeżenie szansy i proces właściwej analizy, skutkujący konkretnymi decyzjami, prowadzącymi do wdrożenia usługi lub produktu jest tym okresem

eksytującej niepewności. Ale jak pojawia się pierwszy popyt, a potem systematycznie narasta, to jest czysta adrenalina dla dalszych działań w biznesie. Oczywiście nie sposób uniknąć w tym obszarze niepowodzeń, ale jeśli nie kładziemy wszystkiego na jedną szalę, to są one doświadczeniem, procentującym w przyszłych wyzwaniach i projektach. OKAZJI w życiu osobistym raczej unikam. Nie mam na tym polu znaczących doświadczeń ;)

Moje przesłanie dla innych kobiet (i nie tylko)?

Nie mam uniwersalnego przesłania dla kobiet. Jak rozumiem kobiety, chcących budować MARKĘ w biznesie lub w życiu osobistym. Zapewne nie będę odkrywcy, ale z moich obserwacji kształtuje się pogląd, że trwałe efekty przynosi ORGANICZNE, oparte na własnym POTENCJALE budowanie swojej pozycji (tak biznesowej jak i osobistej). Warto wspomagać to edukacją (poszerzanie wiedzy), doświadczeniem (tak własnym jak i innych), pracowitością i dobozem właściwych proporcji w tym wszystkim co stanowi nasze życie codzienne.

Jest to także mieszanka wielu uwarunkowań, ale dobre efekty bardziej zależą one od nas samych niż od przysłowiowego „szczęścia”. Choć i bez niego zawsze jest trudniej ;). Na pewno warto podejmować TRUD, BO SUKCESY ZNAKOMICIE POPRAWIAJĄ SAMOPOCZUCIE I SAMOOCENĘ.

fot: Gordon Blackler





Żaneta Berus

Prezes EXPO XXI Warszawa

Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Najważniejsza jest odpowiednia komunikacja z ludźmi, bez tego niewiele można osiągnąć.

Moje wartości w życiu - na co dzień i w biznesie?

Uczciwość, etyka, poszanowanie każdego człowieka bez względu na jego zawód i pozycję. Dobro zawsze wraca

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

Osiągnięciem zamierzonych celów z uwzględnieniem i poszanowaniem otoczenia

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Słuchajcie siebie, nie krzywdźcie innych, szanujcie swoich partnerów i przeciwników oraz uczcie się całe życie.



Joanna Bojarska-Buchcic

Managing Partner
HR SOLUTIONS
Poland, HR
SOLUTIONS USA

Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Ważne jest to, by realizować swoje marzenia, łączyć pasję z pracą o ile to możliwe i nie przejmować się opiniami innych.

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

Dla mnie to poczucie samospelnienia się, samorealizacji i zadowolenia z wykonanej pracy. Z pracy czerpię olbrzymią satysfakcję i nawet drobne osiągnięcia każdego dnia składają się na cały sukces. Każdy zrealizowany dobrze z sukcesem projekt, zadowolenie klienta oraz kandydata, utwierdza mnie wówczas w przekonaniu, że to, co robię jest słuszne i ma sens, a przede wszystkim sprawia ogromnie dużo satysfakcji.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Chciałabym Wam życzyć dużo odwagi byście zawsze walczyli o to, co lubicie robić, nawet, gdy wszystko wydaje się na początku trudne i nie do przeskoczenia. Nie zrażajcie się porażkami, te zawsze będą, przekujcie je na doświadczenie i wyciągnijcie wnioski, a sukces przyjdzie, gdy będziecie mocno zaangażowani i konsekwentni w działaniu oraz włożycie dużo pracy w swoje przedsięwzięcie. Życzę Wam także dużo ciekawych pomysłów i fantastycznych ludzi na swoje drodże, którzy będą dla Was wsparciem i wzorem.

Kossak
HOTEL
★★★★★

for many reasons...



Plac Kossaka 1 | 31-106 Kraków | tel. +48 12 379 59 00 | fax +48 12 379 59 10
www.hotelkossak.pl | kossak@hotelkossak.pl


SENACKI
HOTEL
★★★★★



ul. Grodzka 51 | 31-001 Kraków | tel. +48 12 422 76 86 | fax +48 12 422 79 34
www.hotelsenacki.pl | senacki@hotelsenacki.pl



Justyna Borowiecka

Właścicielka polskiej marki odzieżowej
BEAU MONDE

Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Ważne jest to, jacy ludzie nas otaczają i to, że nie można odkładać nic na „potem”

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

Nie zastanawiaj się, po prostu to zrób!

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

Osiągnięcie postawionych przez siebie celów.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Trzy Zasady Życiowe: Ucz się na błędach. Nie przejmuj się co mówią inni. Bądź szczęśliwym człowiekiem.



Joanna Fularczyk

Założycielka salonów ekskluzywnej mody
ślubnej Celebrity Bridal

Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Nie warto się zamartwiać.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

Jest ryzyko - jest zabawa i sukces.

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

Praca która sprawia satysfakcję 24/h oraz nie traktowanie błędów jako porażki.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Rób to co kochasz inaczej zanudzisz się i nie będziesz miała co opowiadać wnukom.



Małgorzata Michalak-Bartkowiak - UNIQA

Biznes z wysokiego „C”

„Dla mnie najważniejszą wartością jest drugi człowiek. Wszystko, co tworzymy w życiu, jest w jakimś stopniu związane z innymi ludźmi – albo budujemy coś wspólnie z innymi, albo dla innych. Ważne też, by budować, udoskonalać, a nie niszczyć – pochopnymi decyzjami, czy działaniem pod wpływem chwili...”

O roli kobiet w męskim świecie biznesu, antidotum na stres i byciu ludzkim szefem dla swojego zespołu, w rozmowie z Jarosławem Waśkiewiczem, dyrektorem zarządzającym Klubu Marka jest kobieta, redaktorem naczelnym Biznesnafali.pl, opowiada Małgorzata Michalak-Bartkowiak, wiceprezes spółek UNIQA w Polsce.



Biznes pod wieloma względami przypomina służbę dyplomatyczną. Jest to i elegancki „robotyczny” ubiór i pewna „miękość” relacji zawodowych z ludźmi... Z jakimi ludźmi przyszło Pani zetknąć się, spotkać i współpracować, w najbliższym otoczeniu?

Mam to szczęście, że w moim najbliższym otoczeniu są i zawsze byli ludzie, z którymi dobrze mi się pracuje, rozmawia i spędza czas. Zazwyczaj trafiam na osoby rzetelne i pracowite. Sama należę do ludzi sumiennych i takimi staram się otaczać. Cenię sobie też kontakt z ludźmi, którzy działają z pasją. Zamiłowanie do jakiejś dziedziny życia, zgłębianie jej wzbogaca. Inspirująco jest przebywać w towarzystwie pozytywnych zapaleńców, uczyć się od nich.

Rok temu o tej porze (w biznesie i życiu osobistym)...

zawodowo świętowałam 25-lecie firmy – pierwotnie POLONII, a obecnie UNIQA, a prywatnie cieszyłam się nadchodzącą wiosną.

Jak opisałaby Pani realizację celów, które postawiła Pani sobie i przed firmą w ubiegłym roku? Które z nich udało się zrealizować, a które rozciągnęły się w czasie i są realizowane w roku bieżącym?

Rok 2015 zakończył się dla firmy dobrymi wynikami i satysfakcją, że decyzje, które podejmowaliśmy jako zarząd

okazały się słuszne. Pokazuje to tylko, że konsekwencja w biznesie jest niezwykle ważna.

Zmiany kadrowe w firmie, awanse, roszady na kluczowych stanowiskach? Tak czy nie, dlaczego?

Tak, oczywiście. Zmiany osobowe są potrzebne, wręcz konieczne. I są naturalną kolejną rzeczą. Czasem ktoś rozwija się w strukturach firmy i jego awans staje się oczywisty, a firma na tym tylko korzysta. Czasem ktoś decyduje się odejść, wtedy na jego miejsce szukamy nowego człowieka, ciesząc się, że wniesie świeży powiew do firmy.

A propos zespołu. Jakież szczególne osiągnięcia na polu zawodowym, konkursy, nagrody, o których warto wspomnieć?

Jako zespół, bo tak definiuję firmę, zdobyliśmy za ubiegły rok dwie ważne nagrody: UNIQA została nagrodzona Wybozem Konsumenta. Zostaliśmy także Instytucją Roku 2015 w kategorii Najlepsza jakość obsługi w kanałach zdalnych. Obie nagrody są dla nas bardzo cenne. Pierwsza została przyznana przez samych klientów i jest to szczególnie powód do dumy, a druga przez niezależny portal, który sprawdził dostępność i łatwość kontaktu z firmami ubezpieczeniowymi.

„Kobiety w naszym biznesie, naszej firmie”. Jaką rolę w Państwa firmie na kluczowych stanowiskach odrywają kobiety? Czego Pani od nich oczekuje, nie tylko od strony twardych wyników, ale i tych cech miękkich, w relacji z klientami, przy tworzeniu atmosfery w firmie?

Kobiety niewątpliwie zmieniają świat biznesu. Łagodzą go, zmiękczają. Ale też oczekuje się od nich takich samych postaw jak od mężczyzn - skuteczności, profesjonalizmu i rzeczowości. My kobiety jesteśmy z natury bardziej cierpliwe niż mężczyźni, a to sprzyja konsekwencji w podejmowanych przez nas działaniach. Niezależnie czy mowa o kobiecie, czy mężczyźnie - ogólne cele menedżerów są zazwyczaj zbieżne. Różnice pojawiają się przy wyborze taktyk budowania wpływu i zdobywania władzy w organizacjach. Ale to akurat - moim zdaniem - wychodzi wszystkim na dobre, bo różnorodność form i działań oraz komplementarność zachowań przynoszą świetne efekty.

A jakim menedżerem stara się Pani być, dla swojego zespołu? Co chce Pani przekazać, kiedy rozmawia ze swoim zespołem?

Staram się być tzw. ludzkim szefem. Bywam stanowcza i jestem wymagająca, ale w moich współpracownikach widzę przede wszystkim ludzi. Cenię szczerść i umiejętność przyznawania się do błędów. Jestem też chyba dosyć wyrozumiała, ale jeśli ktoś mnie zawiedzie, to wyraźnie o tym mówię.

Obserwując best practise z innych globalnych rynków, jakie praktyki (zarządzania, styl pracy na co dzień, filozofię działań, relacji biznesowych) przenosi Pani do swoich działań, a które tak rzadko występują / pokutują w naszym otoczeniu

biznesowym?

Dla mnie kluczowe jest, by w relacjach międzyludzkich, w tym także biznesowych, ludzie szanowali się wzajemnie - bez względu na wiek i stanowisko. Szacunek dla innych wyraża się w punktualności, starannym przygotowaniu się do spotkań, rzetelnym wykonywaniu swoich obowiązków. A styl pracy każdy może mieć swój - to, jak ktoś pracuje, to jego indywidualna sprawa, jeżeli jest efektywny.

Z jakich wydarzeń które miały miejsce w firmie w 2015 roku, jest Pani najbardziej zadowolona?

W roku 2015 przeprowadziliśmy w UNIQA 1. etap projektu TOM (Target Operating Model). Modyfikacje, które wdrożyliśmy w ramach projektu zdecydowanie poprawiły naszą efektywność. I mimo że zmiany zawsze wywołują u ludzi pewne obawy, skuteczność podjętych działań obroniła je przed krytyką.

Czy pasja (do sportu/inne ważne zamiłowania osobiste), którą Pani pielęgnuje na co dzień, w jakimś stopniu wpływa na to, z jakim nastawieniem, postawą podchodzi Pani do wyzwań w pracy zawodowej, do relacji w biznesie, do osób „po drugiej stronie stołu”?

Mam za mało czasu, by uprawiać regularnie jakiś sport, ale bardzo lubię jeździć na nartach. Mimo że naukę zaczęłam dopiero po czterdziestce, nie zniechęcałam się początkowymi trudnościami. Cierpliwość i upór w dążeniu do celu popłaciły - dziś zjeżdżam swobodnie nawet po trudnych trasach. A moim antidotum na stres jest siłownia. Jeśli czuję napięcie, albo mam do podjęcia trudne decyzje, idę na siłownię. Ćwiczenia fizyczne pozwalają uciec myślami od trudnych tematów. To świetnie relaksuje głowę.

A propos osobistej pasji życia - w co „ucieka Pani” w wolnej chwili, w jaki sposób aktywnie spędza czas/wypoczywa?

Kiedy nie pracuję, spędzam czas z rodziną. A jeśli zostanie jeszcze chwila na coś dla siebie, to chętnie czytam, albo idę popracować w ogrodzie. Lubię podróżować, ale lubię też spędzać urlop w Polsce. Mamy piękny kraj i wciąż wiele nieodkrytych miejsc, które warto zobaczyć.

Motto / powiedzenie, do którego często Pani wracała w minionym roku (w biznesie, w życiu osobistym), a które również sprawdzi się w tym roku, to...

Często wracam do słów Winstona Churchilla: „Nigdy się nie poddawaj. Nigdy, nigdy i jeszcze raz nigdy.”

Wielu ludzi sukcesu kieruje się zasadą, że niezależnie od okoliczności nie można rezygnować. Ja do tego dopowiadam

jeszcze: zawsze jest jakieś wyjście z sytuacji. Zawsze znajdują się ludzie, którzy pomogą.

Świętej pamięci Władysław Bartoszewski powiedział niegdyś piękne słowa: „nie wszystko, co warto, to się opłaca, ale jeszcze pewniej [...] nie wszystko, co się opłaca, to jest w życiu coś warte. Czy były w mijającym roku rzeczy, tematy, przedsięwzięcia, które postanowiła Pani zrobić, pomóc, w imię wyższych zasad, na przekór innym, bądź też odstąpiła, choć wielu by się skusiło okazać?

W życiu osobistym kieruję się intuicją. Zdarzają się sytuacje, w których coś „kusi”, ale jeśli wewnątrz czuję, że nie należy w to wchodzić, to tego nie robię. Nawet jeśli spotykam się z czyimś protestem. I najczęściej potem okazuje się, że podjęłam słuszną decyzję.

Moje wartości w życiu - na co dzień i w biznesie...

Dla mnie najważniejszą wartością jest drugi człowiek. Wszystko, co tworzymy w życiu, jest w jakimś stopniu związane z innymi ludźmi - albo budujemy coś wspólnie z innymi, albo dla innych. Ważne też, by budować, udoskonalać, a nie niszczyć - pochopnymi decyzjami, czy działaniem pod wpływem chwili.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że...

...czasem trzeba podjąć decyzję, która jest kontrowersyjna, z którą ktoś się nie zgadza. Odwagą jest też mówić to, co się myśli, ale nie mam tu na myśli oceniania innych publicznie, lecz bronienie swoich racji i poglądów.

Refleksja życiowa 1. W mijającym roku, ale nie tylko, przekonałam) się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu...?

Ważna jest każda chwila, bo życie szybko umyka, a mamy je tylko jedno. Dobrze jest mieć w życiu zarówno zawodowym, jak i prywatnym jasno wyznaczone cele i konsekwentnie do nich dążyć.

Refleksja życiowa 2. W biznesie nigdy nie powinniśmy zapominać o tym, że...

... podejmując pewne decyzje należy patrzeć nieco dalej w przyszłość. Trzeba mieć na uwadze skutki podejmowanych decyzji - nie tylko jutro, pojutrze, ale i za rok, dwa, pięć. Ostatnio często miewam wrażenie, że ludzie myślą

kategoriami jutra, działają, jakby tylko tu i teraz miało znaczenie. A tak nie jest.

Z jakimi problemami moja branża/środowisko będzie musiało się zmierzyć w tym roku? Jakie zmiany w skali makro i mikro, nadchodzą?

2016 rok będzie niewątpliwie trudny dla branży ubezpieczeniowej. Wciąż jeszcze trwa wyniszczająca wojna cenowa, choć - co jest pozytywne - widać pierwsze oznaki jej końca. Powstają kolejne wytyczne dla branży oraz nakładane są nowe podatki, które obniżają i tak nienajlepszą jej rentowność. Mimo niesprzyjających warunków zewnętrznych w UNIQA stawiamy sobie jednak ambitne cele. Jesteśmy od dawna mocnym graczem na rynku ubezpieczeń majątkowych, na którym zajmujemy 5. pozycję i chcemy ją utrzymać. W tym roku skoncentrujemy się szczególnie na ochronnych ubezpieczeniach na życie zarówno dla klientów indywidualnych, jak i grupowych. Wracamy do korzeni ubezpieczeń, czyli oferowania produktów, które chronią na wypadek różnych nieplanowanych zdarzeń w życiu. Stale koncentrujemy się nie tylko na udoskonalaniu naszych produktów, by jak najlepiej odpowiadały na rzeczywiste potrzeby klientów, ale także na poprawie jakości obsługi klientów, co dziś jest kluczem do sukcesu nie tylko w branży ubezpieczeniowej.

Dobra zmiana. Proszę dokończyć zdanie: mam nadzieję, że 2016 rok przyniesie naszej branży...

Więcej spokoju. W ubiegłym roku byliśmy mimowolnymi uczestnikami wojny cenowej. Życzę nam wszystkim, by nadchodzące miesiące były wolne od takich bitew w naszej branży. Chciałabym też, żeby ludzie wreszcie zatrzymali trochę ten pęd, w który sami się wmanewrowali.

Moje życzenie dla innych menedżerów (nie tylko tych TOP), na nadchodzące tygodnie, na cały rok 2016?

Życzę nam wszystkim, nie tylko menedżerom, byśmy potrafili traktować drobne osiągnięcia jak wielkie sukcesy. Wtedy człowiek jest pozytywnie nastawiony do świata i do ludzi. Ma energię do działania. I jest w stanie osiągać wielkie rzeczy.





Joanna Gabryś-Trybała

Założycielka Prestige Lingua

Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Należy być ciekawym i słuchać innych.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

Graniczy z ryzykiem.

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

Poczuciem harmonii i właściwych proporcji pomiędzy osiąganiem założonych celów, a życiem prywatnym.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Uwierzcie, że dacie radę!.



Justyna Gorlicka

Kruk, Gabinet Kosmetologii i Medycyny Estetycznej Gorlicka-Kruk w Krakowie

Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Należy wierzyć we własne możliwości i nie bać się marzeń, bo one naprawdę się spełniają. Wystarczy im odrobinę pomóc pracą i konsekwencją działań.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

Pomimo przeciwności należy ufać przede wszystkim sobie i postępować zgodnie ze swoimi przekonaniem, bez względu na panujące trendy, sugestie i wpływy.

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

Traktuję sukces jako moment w życiu, w którym czuję spełnienie. Wówczas myślę sobie: tak! Było warto! I idę dalej.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Nie bójmy się realizacji marzeń.



Karolina Karolczak

TWOJA DROGA I CELE WPŁYWAJĄ NA TWÓJ SUKCES W ŻYCIU

Witam Was w ciepło w nowym numerze, rozpoczynamy nowy cykl artykułów. Cykl inspiracji, dzięki którym nie będziesz w tym samym miejscu gdzie jesteś teraz – a gdzie się znajdziesz po przeczytaniu całości zależy tylko od Ciebie. W tym momencie masz wybór – czytać ten artykuł dalej i docelowo ruszyć w podróż, której Ty jesteś autorem, lub rozpocząć kolejną stronę ... i żyć dalej w słodkiej nieświadomości.

Na początek dwie historie obrazujące proces, o którym będziemy tym razem. Zamierzam Was wprowadzić i przeprowadzić przez proces ustalania celów, zmierzenia się z własnymi słabościami i faktyczną zmianą Waszego życia w takie, jakiego pragniecie i jakie jest możliwe do realizacji tylko przez Was samych.

Historia pierwsza – nie odległa, miała miejsce dwa lata temu, spotkałam kobietę i żonę o imieniu Marta. Cel spotkania był biznesowy, jednak na koniec zadała mi pytanie – skąd biorę wewnętrzną energię, która mnie napędza na co dzień i gdzie szukam inspiracji. Powiedziałam wprost – cele i ich realizacja. Zobaczyłam lekceważący uśmiech na jej twarzy... powiedziałam – zakład. Nie wierzysz a zobaczysz, że działa ok? Ona na to – zgoda. Spisała swoje cele, przełożyłyśmy cele na działania cząstkowe, oraz kroki milowe. Potem rozpoczęła się praca, systematyczna, nie łatwa ale ruszyło do przodu. Dwa tygodnie temu rozmawiałyśmy ze sobą i stało się tak jak się spodziewałam. Po dwóch latach Marta już była w zupełnie innym miejscu – cele, które spisała na kartce stały się realną rzeczywistością.

Usłyszałam słowa – „Gdyby ktoś dwa lata temu powiedział mi że będę w tym miejscu w którym jestem teraz – to bym nie uwierzyła. Jednak to dzięki celom i systematycznej pracy jestem tutaj – niewiarygodne” teraz ja się uśmiechnęłam i powiedziałam “A nie mówiłam.”

Druga historia, odległa i bardzo osobista... robiłam porządki w swoich papierach i natrafiłam na notes – mój notes z 1999, w którym Karolina uczennica Technikum Kolejowego

spisała swoje cele (które były marzeniami) na całe, wtedy myślałam, już „dorosłe” życie. Cele te pielęgnowałam w sobie przez cały czas od tamtego momentu, wracałam do nich, rewidowałam pierwotne założenia drogi do osiągnięcia celów, wracałam do punktu wyjścia i podnosiłam się z porażek... czytając je oniemiałam – z 15 celów – 13 zostało przeze mnie zrealizowanych w ciągu 15 lat. To właśnie realizacja tych celów i celów cząstkowych doprowadziła mnie do miejsca gdzie jestem teraz. Cele te osiągnęłam przed zakładanym czasem – stały się one dla mnie turbodoładowaniem i to właśnie dzięki nim dotarłam do miejsca, które jest dalej niż przypuszczałam....

Dzięki realizacji tych właśnie celów jestem pewną siebie, spełnioną, radosną i pełną szczęścia kobietą. Uśmiecham się do siebie, ponieważ mam już nową listę na najbliższe dziesięć lat – pracuję z listą i systematycznie dopisuję cele, kolejne z nich rewiduję na bieżąco. Wiem jak pracować z listą celów a osiąganie kolejnych marzeń staje się tylko kwestią czasu. Musicie wiedzieć jednak, że spisanie celów nie zwalnia od pracy, wysiłku i systematyczności, jednak ze swojego doświadczenia wiem jedno – mamy do wyboru dwa scenariusze. Pierwszy to wkładać wysiłek i energię w walkę z codziennością, by realizować cele krótkoterminowe, dzięki którym czujemy się lepiej z dnia na dzień. Pamiętajmy jednak, że cele długoterminowe nie realizują się same, gdy ich nie mamy, i nim zobaczymy efekt mija 5 lat radosnych lat a my jesteśmy praktycznie w tym samym miejscu gdzie byliśmy (wiadomo – dzieci rosną, lata pracy mijają). Wtedy pozostaje pytanie: czy to jest faktycznie życie jakim chcemy żyć, czy może lepiej wycisnąć życie jak cytrynę?

Scenariusz drugi – ustalamy nadrzędne cele długoterminowe, w skali minimum 5 najbliższych lat. Cele, które mówią o tym gdzie mamy być, jak wygląda nasze życie prywatne i zawodowe. Jest to główny azymut, który przyświeca każdym naszym działaniom. Dzień pod dniem realizujemy nasze codzienne zadania, z radością i uśmiechem – wiemy

że tego wymaga od nas nasza rzeczywistość. Jednak realizując cele główne, cele pośrednie spełniają się same. Jeżeli jesteś gotowa, by w sposób świadomy zmienić swoje życie i aby w końcu ruszyć do przodu ku realizacji swoich marzeń - ruszamy w przygodę.

Proszę pomyśl gdzie chcesz być za 10 lat, jak chcesz żyć, jak będzie wyglądało Twoje życie prywatne i zawodowe... Przed Tobą świadomy rozdział życia jakim jest świadome poruszanie się w kierunku wyznaczonych samemu sobie celów. Gdy wiesz, co chcesz osiągnąć, wiesz jednocześnie, na czym musisz się skupić w swoich działaniach. Szybko też dowiesz się, co Cię odciąga od realizacji Twoich planów. Oczywiście sama wiedza pozostawiona bez działania niewiele Ci da. Jest to jednak obowiązkowy początek podróży.

Pierwsze podejście do wyznaczania celów pomoże Ci odpowiedzieć na pytanie, co jest dla Ciebie w życiu najważniejsze. Dzięki temu będziesz mogła też odrzucić wszystko to, co jest dla Ciebie nieistotne i jedynie pochłania Twoją energię, czas, pieniądze a może i nawet pozytywne emocje.

Jak ruszyć do wyznaczania celów zapytasz. Po pierwsze określ, to co chcesz osiągnąć za kilka-kilkanaście lat. Weź pod uwagę wszystkie istotne dla Ciebie kategorie życiowe w każdym obszarze wyznacz sobie cel długoterminowy. Kategorie celów to nic innego, jak obszary w Twoim życiu, o które powinnaś szczególnie dbać i je rozwijać. Powinnaś uwzględnić wszystkie istotne dziedziny swojego życia. Zbyt często mamy tendencję do ignorowania obszarów, których nie lubimy - chętnie więc wypieramy obszar taki jak 'zdrowie', ponieważ nie mamy czasu na ćwiczenia, a fastfoody i chipsy smakują całkiem przyjemnie. Aby Wasza lista była kompletna, poniżej proponuje Wam kilka kategorii o których warto pamiętać stwarzając cele. Zamknij więc oczy i pomyśl zgodnie z listą kategorii:

ZDROWIE I WYGLĄD:

Jak chcesz wyglądać? Jaki tryb życia prowadzić? Czy chcesz zachować energię i zdrowie na starość? Czy chcesz zmienić nawyki żywieniowe na zdrowsze? Czy powinieneś zacząć ćwiczyć?

KARIERA:

Jaki poziom chcesz osiągnąć na swojej ścieżce zawodowej? Czy może chcesz założyć własny biznes lub zostać freelancerem? Może obecny pracodawca nie jest dla Ciebie właściwy i chcesz go zmienić? Jakie kroki musisz podjąć i kiedy? Czego musisz się nauczyć, jakie umiejętności zdobyć?

RODZINA:

Jakie działania musisz podjąć by ulepszyć swój związek?

A może obecny związek powinnaś zakończyć? Czy jesteś dobrą Mamą? A może chcesz nią zostać - i powinnaś się do tego przygotować?

FINANSE:

Ile chcesz zarabiać? W jaki sposób - czy jedynie pensja, czy również inne źródła dochodu? Jakie chcesz mieć oszczędności...?

NAUKA:

Czego chcesz się nauczyć? Jakie kompetencje w sobie rozwinąć? Może dodatkowy język? Może kolejny kierunek na studiach? Może umiejętności menedżerskie? Podobno człowiek się starzeje gdy już nie chce się uczyć.

Tylko od Ciebie zależy jak nazwiesz swoje kategorie, ważnym jest jednak abyś wiedziała, co się pod nimi kryje. To właśnie zapisanie celu i jego zdefiniowanie jest kluczowym procesem, ponieważ jeżeli nie jesteś w stanie dobrze zapisać celu - skąd pewność, że tego właśnie chcesz?

Skoro wiemy już w jakich kategoriach pisać cele, teraz wyjaśnię Wam drugi punkt mówiący o tym jak je pisać:

- cel powinien być mierzalny, powinien dać się wyrazić w liczbach - np. Twoja waga w kilogramach jaką chcesz osiągnąć, liczba km jakie chcesz przebiec, wartość w pln, które chcesz zarabiać
- cel powinien być atrakcyjny - musisz chcieć i rozumieć dlaczego chcesz go zrealizować, to musi być coś, co Cię zmotywuje i ruszy z miejsca.

Napoleon Hill powiedział;

„A goal is the dream with a deadline,”

czyli ważna jest konkretna data - musisz wiedzieć, do kiedy chcesz osiągnąć dany cel. Unikaj stwierdzeń „za dwa lata” - bo ilekroć będziesz czytać swój cel, będziesz sobie dodawała 2 lata. To powinna być więc data wyznaczona na konkretny miesiąc, dzień i rok.

- cel powinien być wyrażony pozytywnie - pamiętajmy, że nasza podświadomość nie rozumie słowa "nie"
- cel powinien być zapisany odręcznie - gdy cel ląduje na kartce - to zaczyna działać. Widzisz go - czytasz, go, nie możesz o nim zapomnieć, czy też wymazać go z pamięci, bądź odłożyć na później. Wszystko jest zapisane czarno na białym i masz się do czego odnieść. Możesz też realizację celu kontrolować. A przecież o to chodzi, aby odnotowywać postępy w realizacji swoich planów.

Karolina Karolczak



Ewelina Heine

Redaktor naczelna ogólnopolskiego
luksusowego magazynu meLADY

Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Nie ma rzeczy niemożliwych, dla tych, którzy wierzą w swoje marzenia.

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

Życie z pasją i entuzjazmem oraz poczucie wypełniania życiowej misji.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Nigdy, przenigdy nie rezygnuj z marzeń!



Monika Janoszek

Właścicielka Centrum Druku JANOSZEK

Przekonałam się/utwierdziłam się w przekonaniu, że w życiu?

Ważne są tylko chwile, tu i teraz ...

Czym jest dla mnie/jak rozumiem słowo sukces?

To spełnianie marzeń i pragnień to cel w życiu do którego warto dążyć. To uśmiech na twarzy zadowolonego Klienta, to taki bonusik od życia.

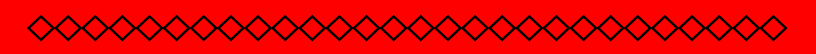
Moje przesłanie dla innych kobiet?

Nie mów jaki ktoś jest wspaniały, spraw by w to uwierzył i to poczuł... Zbliżając się do drugiego człowieka pamiętaj o szepcie, który potrafi złamać nawet najtwardszą skorupę uczuć...





Grażyna Paturalska



KIEDY ZACZYNAŁAM WSZYSTKO OD NOWA...



Marzyłam o ciekawej pracy, ale nie wiedziałam, gdzie i jak ją znaleźć. Jeszcze wtedy, po wszystkich „śmiertelnie ważnych i poważnych” funkcjach, zajęciach, obowiązkach nie wiedziałam, że pasja nie tylko może, ale wręcz powinna nią być, jeśli ma sprawiać radość każdego dnia.

Szukałam nowego sensu życia patrząc, jak czas przecieka mi przez palce, a ja nie wiem, jak go złapać, zatrzymać, wykorzystać z korzyścią dla siebie i innych?

Szukałam nowych przyjaciół i sprzymierzeńców losu i wydawało mi się, że nigdy już ich nie znajdę.

Chciałam pomagać ludziom, jak kiedyś zawsze to robiłam, ale jak miałam im pomóc, jeśli nie wiedziałam jak pomóc sobie i co zrobić ze sobą?

Marzyłam o pięknych i dalekich podróżach, jakich wiele było w moim życiu wcześniej, a nagle się skończyły, jak wszystko inne...

I już myślałam, że w ogóle wszystko, co dobre i piękne w moim życiu się skończyło.

... Aż nagle usłyszałam:

„Zastanów się, co naprawdę kochasz, a potem znajdź ludzi, którzy Ci za to zapłacą”

MINEŁO SZEŚĆ LAT...



- **Skończyłam studia** podyplomowe i Europejską Szkołę Mody i Styłu.
- **Stworzyłam Grace Collection**, własną markę ubrań i torebek z włoskich skór naturalnych.
- **Organizuję pokazy mody** własnej kolekcji z „prawdziwymi” kobietami na wybiegu.
- **Prowadzę wykłady wizerunku i stylu** w wyższych szkołach, organizacjach pracodawców i firmach.
- **Prowadzę cotygodniowe autorskie audycje** „Ubierz Duszę” oraz „Ubierz (J)Ego” w Radio Plus.
- **Wydałam dwie książki**, poradniki stylu dla kobiet i mężczyzn: „Ubierz Duszę” oraz „Ubierz (J)Ego”.
- **Zostałam Ambasadorką** Instytutu Kosmetologii Babiana.
- **Dokonyuję i oklaskuję metamorfozy** kobiet i mężczyzn, którzy trafiają do mnie na stylizacje i zakupy.
- **Uczestniczę w Targach Mody** w Mediolanie, Paryżu, Nowym Jorku, Hong Kongu, Szanghaju, Limie.
- **Dokonyuję stylizacji i zakupów** z klientkami i klientami w Londynie, Mediolanie i w całej Polsce.

- **Otrzymałam w prezencie gwiazdkowym** od klientki, która trafiła do mnie na metamorfozę, przygotowany przez nią katalog. Są w nim zdjęcia z organizowanych przeze mnie pokazów mody mojej kolekcji. Wystąpiła w nich, podobnie jak wiele innych kobiet, jako modelka...

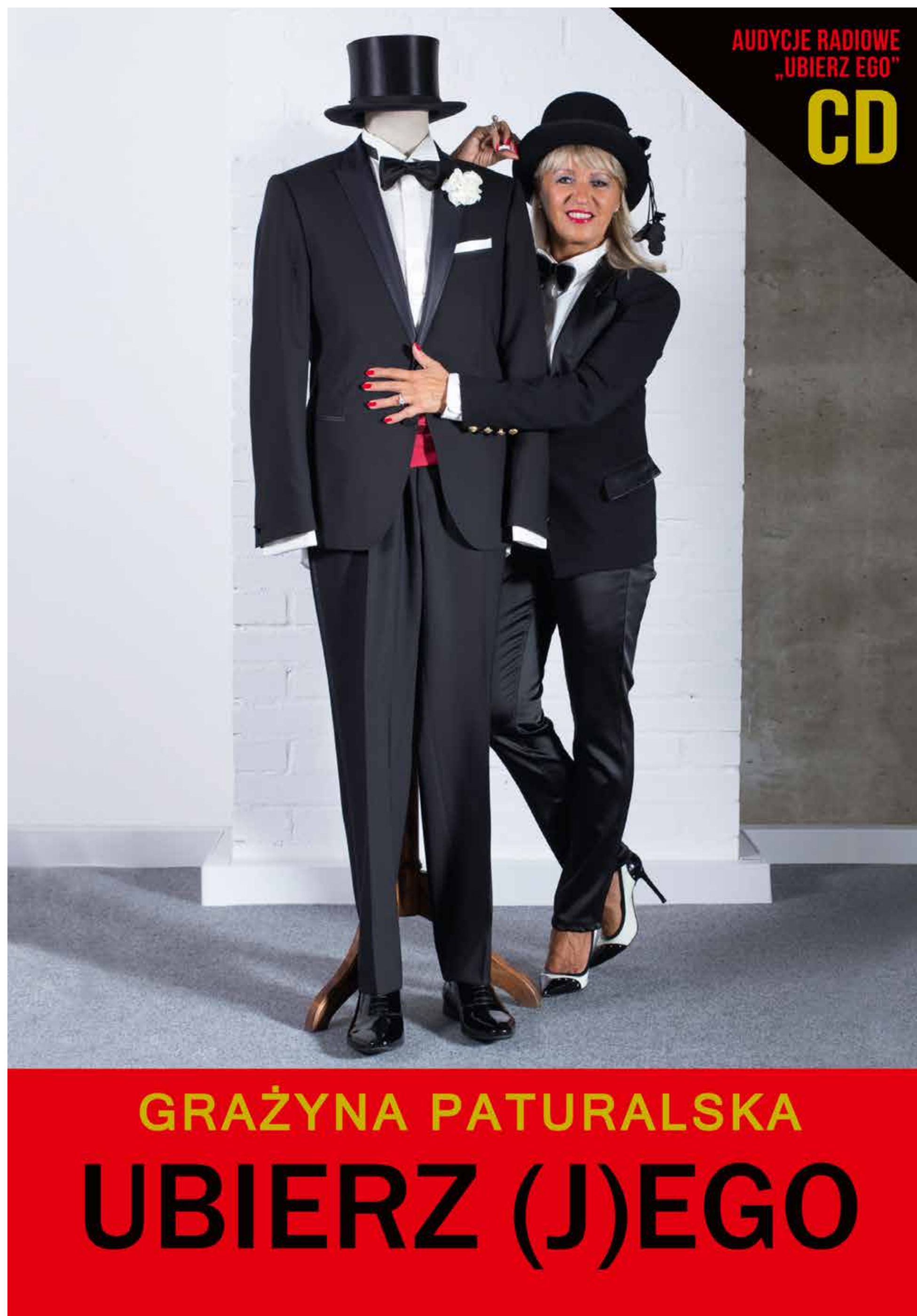
Dedykacja brzmiała: „**Grażyno, dziękuję, że zmieniłaś moje życie**”...

...I to był moment, w którym zrozumiałam, że otrzymałam wymarzoną gwiazdkę z nieba...

Każdy dzień jest spełnieniem kolejnych marzeń, bez których nic dobrego nie wydarzyłoby się w moim życiu.

Grażyna Paturalska - kreatorka i wykładowca wizerunku biznesowego i publicznego, osobista stylistka. Absolwentka studiów podyplomowych w Akademii Leona Koźmińskiego - kierunku Zarządzanie w sektorach mody. Posłanka IV kadencji Sejmu RP. Uczestniczka prestiżowych warsztatów mody i stylu. Ekspert stylistyczny i wizerunkowy, współpracujący między innymi z TVP, TVN oraz portalami internetowymi i profesjonalnymi pismami w dziedzinie mody. Autorka cyklicznych audycji „Ubierz Duszę” w Radiu Plus. Organizatorka i animatorka metamorfoz zarówno kobiet, jak i mężczyzn oraz wielu prestiżowych pokazów mody z udziałem modelek nieprofesjonalnych: czołowych polskich bizneswoman, słuchaczy Radia Plus oraz parlamentarzystek. Trener osobisty i konsultantka firm w zakresie autoprezentacji i kreowania wizerunku.

fot: Gordon Blackler





Marka jest kobietą

KOBIETY NA FALI



- WASZE WARTOŚCI- SIŁA KOBIECOŚCI



Lidia Klebba

Założyciel KidsTravel.pl



Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że...?

to ona pozwala mi dokonywać rzeczy, które z pozoru wydają się bardzo trudne, wręcz niemożliwe, to właśnie odwaga jest moim sprzymierzeńcem w drodze do obranego celu.

Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu...?

że w życiu NIEUSTANNIE najważniejszy jest CZŁOWIEK, SZACUNEK do drugiego człowieka oraz bycie SŁOWNYM. Wszystko to czego nie można kupić ;)

Pojawiające się szanse/sytuacje biznesowe w pracy, jak i osobistym życiu...?

wraz z moim zespołem KidsTravel.pl (z którym stworzyliśmy markę dla rodzin z dziećmi, promując miejsca przyjazne rodzinie: gdzie zjeść, gdzie spać, atrakcje dla rodzin) bierzemy udział w międzynarodowym konkursie Wolves Summit na startup. To może być nasza szansa na rozwój na rynki zagraniczne!

Moje przesłanie dla innych kobiet (i nie tylko)?

bądź "egoistką" ;) - realizuj się i dbaj o siebie, bo szczęśliwa Ty, to szczęśliwe otoczenie.



Małgorzata Kordus

Deputy Manager, Z-ca Dyrektora Hotel
Mercure Gdańsk Posejdon



Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Lojalność i partnerskie relacje prowadzą do sukcesu.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

Walczę o wyznaczone cele nie krzywdząc innych ludzi.

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces? Sukces to umiejętność współpracy z ludźmi oraz w każdej sytuacji poszukiwanie najlepszego rozwiązania.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Żyjcie chwilą tu i teraz. W życiu należy mieć plany na przyszłość, ale nie powinny one przysłaniać czerpania radości z każdego niepowtarzalnego momentu. To ważne, żeby nie komplikować życia, szukać rozwiązań (nawet z najtrudniejszej sytuacji jest wyjście), być pozytywnie nastawionym do ludzi i otoczenia, a nawet przeciwności losu. Otaczajcie się ludźmi z pozytywną energią, gdyż dobra energia zdejmuje cuda. I najważniejsze - DBAJCIE O ZDROWIE!

Marzena Mielczarek - *Genetyczne CV*



„Genetyczne CV” czyli indywidualna strategia dla własnego ZDROWIA

Jeżeli jesteśmy młodzi, prężni, niezniszczalni... „nie ma dla nas rzeczy niemożliwych” a „siła tkwi w grupie”... To hasła, które nam przyświecają. Praca to pasja, więc nas nie męczy, lecz nakręca coraz bardziej, a efekty całkowicie „usypiają naszą czujność”. Zmieniają się pory roku, a my nic nie zauważamy, ponieważ idziemy wciąż do przodu. Słyszymy głosy naszych znajomych: „... ile jeszcze tak wytrzymasz, zastanów się ...?!” Nic nie słyszymy lub tłumaczymy sobie, że to zazdrość naszych partnerów... Nad ranem wracamy do domu i stałym rytuałem bierzemy prysznic, myjemy zęby i jeszcze łyk świeżej wody na

dobranoc, a właściwie na dwie godziny snu, które nam pozostały, ponieważ rano już musimy być w gotowości

ZMIANA / ZWROT ZDARZEŃ

Jak każdego dnia miałam się obudzić- zmęczona, ale zawsze gotowa do działania

Niestety nadszedł dzień, kiedy zwyczajnie mięśnie rąk i nóg odmówiły działania... nie wstałam, nie miałam siły! Przerazliwy ból głowy, opuchnięta, nienaturalna twarz... Słyszę krzyk przerażenia: „ co się dzieje?! Może się napijesz wody? Co mam Ci podać?! Coś chcę, lecz nie pamiętam nazwy tego, o co chcę poprosić... przerażenie Pogotowie ... Diagnoza ... Zapaść!!! Ratownicy podejmują działania ratowania życia. Słyszę, że coś się dzieje ... głos mówiący: „Ustała akcja serca! Proszę się odsunąć!”... Czuję przeszywający ból klatki piersiowej i nadal nie mogę nic powiedzieć Bezsilność ...

Miałam szczęście!

Udało się mnie przywrócić do życia.

Nadeszła chwila zastanowienia i zrobienia rachunku sumienia, a wnioski ... ? ...chwilowe.

Jednak strach, świadomość i zdrowy rozsadek podpowiadają: „zatrzymaj się”

Czy ta historia nie przypomina Wam czegoś ...?

Wielu z nas - ambitnych menedżerów, pragnie sukcesu i do niego dąży. Mamy przeświadczenie, że tylko konsekwencja i upartość może spowodować, że osiągniemy założony cel

Mamy świadomość, lecz jej nie dopuszczamy do głosu. Bagatelizujemy sygnały, że nawet najbardziej silnego i upartego menedżera może złamać „wycieńczenie”.

Historia miała ciąg dalszy.... powikłania , przenikliwe bóle , bezsenność, aż w końcu diagnoza- „nowotwórczycy”... i to zatrzymało mi oddech. Na chwilę. Pomyślałam- „cóż mogę zrobić?” Uruchomiła mi się automatycznie strategia działania. W końcu to potrafię robić najlepiej, a którą całe życie prowadzę dla KOGOŚ. Teraz nadszedł czas do przeprowadzenia dla SIEBIE, a to zawsze jest najtrudniejsze!



Strategia zaprowadziła mnie do jednej z klinik w Niemczech do lekarza z PASJĄ ratowania życia ludzi. Po bardzo dokładnych badaniach i 10 dniach rekonwalescencji w klinice przyszedł czas na diagnozę, którą przedstawiono mi w następujący sposób :

„ czy wiesz jak zachowuje się samochód bez paliwa i bez oleju ??

Odpowiadam: TAK zaciera się silnik

Właśnie tak się stało z Tobą- brak paliwa, a olej już prawie wyschnięty. To był ostatni moment na remont :) Kompletnie byłam zaskoczona takim przedstawieniem sytuacji, ale zobrazowało mi to dokładnie problem.

WNIOSKI

Cała ta sytuacja, nie ukrywam, mnie przeraziła. Bezmyślnie lekceważyłam każdy sygnał, który dawał mi organizm. Konsultacja w klinice uświadomiła mi, że komórki nowotworowe mogą być wchłonięte przez armie zdrowych. Trzeba mieć jedynie ogrom szczęścia, aby trafić w tak zwany PUNKT. Miałam to szczęście, lecz jak mawiają- „nie ma w życiu przypadków ... wszystko dzieje się

w zamierzonym celu....”

Każdy, kto posiada PASJĘ i kocha to, co robi nie zmieni swojego życia ... Chodzenie po „cienkim lodzie” jest dobre dla lubiących adrenalinę i ryzyko. Dla odpowiedzialnych ludzi potrzebny jest stały, silny grunt! Postanowiłam szerzej spojrzeć na całość tej sytuacji i podejść do tego strategicznie, czyli określić CEL i stworzyć strategię dla własnego życia i zdrowia; stworzyć przy współpracy lekarzy i rozwijającej się nowoczesnej medycyny, z wykorzystaniem badań genetycznych PROGRAM indywidualny dla każdego menadżera- Jego własne **GENETYCZNE CV**, które ma na celu pomóc menedżerom / pracownikom stworzyć PROGRAM dobrany indywidualnie do ich intensyfikacji pracy , który zabezpieczy ich działania, zdrowie, zapewni na czas dużej intensyfikacji pracy dopływ stałej energii. Jak to zrobić? W oparciu właśnie o badania genetyczne i właściwie wyselekcjonowane geny dobierze program dla

naszego organizmu. Czy tak się da ? TAK. Trzeba tylko poznać siebie i stworzyć własne Genetyczne CV ... czyli mowa o Profilaktyce leczenia stresu

To nie jest proste i wymaga konsekwencji. Najważniejsze jednak, że istnieje program złożony, odczytujący nasze uwarunkowania genetyczne, który pozwala na to, aby poznać nasze słabe obszary i właśnie

nad tymi pracować, a mocne uwarunkowania genetyczne możemy pozostawić i wykorzystać je intensywnie.

Działania niby proste, ale jednocześnie wymagają pracy nie tylko otoczenia, ale także pracy nad sobą

i konsekwencji. Czy ta z kolei nie jest potrzebna, aby właśnie osiągnąć SUKCES ?....

Więc jeżeli jesteś odpowiedzialny za działania biznesowe, za własną rodzinę i za siebie samego, powinieneś mieć zbudowane własne **Genetyczne CV**. Tylko **PROFILAKTYKA** gwarantuje SUKCES!

PROFILAKTYKA! - to słowo oznacza Życie... Twoje Życie Nie lekceważ i nie licz, że trafisz w PUNKT! To jak wygrana „6” w TOTOLOTKA :)

Zaliczam się do tej grupy szczęśliwców, a czy Ty wiesz, jakie jest prawdopodobieństwo, że też wygrasz drugi raz Życie?

I tutaj Was zaskoczę! W odróżnieniu od hazardu, gdzie rządzi przypadkowość lub system tak

w przypadku Twojego Życia liczy się rozsadek i świadomość! Pozostaje tylko DECYZJA, więc jaki czas potrzebujesz, aby ją podjąć ? To już zależy TYLKO od Ciebie Samego ...

Życzę Wam konsekwencji w DECYZJACH.



Marzena Mielczarek - kreator strategii marketingowych, prelegent na licznych konferencjach sprzedażowych (m.in. Międzynarodowych Targach Poznańskich), twórcza i współprowadząca z Krzysztofem Ibiszem Gali „Ludzie Marka Sukces”, twórcza nowoczesnych rozwiązań sprzedażowych dla Hotelu. Kreatywna, ambitna, energiczna i nastawiona na nowe wyzwania biznesowe. W branży hotelarsko - turystycznej z licznymi sukcesami od 16 lat. Ukończyła Politechnikę Łódzką ze specjalnością Informatyk Programista, a także jest absolwentką Prawa Administracyjnego.

Bardzo szybko wspięła się na sam szczyt i już po 6 latach zapracowała na stanowisko Dyrektora Działu Sprzedaży we firmie Optimus IC. Następnie postanowiła poszerzać swoje horyzonty i zdobywać nieoszacowane doświadczenie w innych sektorach kolejno zajmując stanowiska: Dyrektora Generalnego Prezesa Zarządu w Hotelu Alpin oraz Dyrektora Generalnego Hotelu Belweder*****.

Obecnie zarządza 4* obiektem jako Dyrektor Generalny Herbarium Hotel & Spa****, sprawuje nadzór nad prawidłowym funkcjonowaniem poszczególnych działów Hotelu, inicjuje projekty usprawniające działalność Hotelu i podejmuje działania w zakresie stałego podnoszenia jakości świadczonych usług.

Realizuje się tym samym prowadząc własną działalność, zajmującą się świadczeniem usług konsultingowo- doradczych obejmujących wszystkie etapy w zakresie inwestycji, procedur, szkoleń oraz kreowania marek hotelowych, w tym przeprowadzanie analizy rynku pod kątem zasadności inwestycji oraz przygotowanie koncepcji dla obiektów istniejących i tworzenie koncepcji dla obiektów nowopowstających.

Jej kluczowym przedsięwzięciem jest wprowadzanie nowych marek na rynek, szczególne zainteresowania obszaruje na rynek produktów medycznych i rozwiązań medycznych z zakresu profilaktyki leczenia stresu. Wiodącym autorskim projektem medycznym, przy współudziale grupy renomowanych lekarzy, jest Genetyczne CV.

Od 1,5 roku działa na rynku województwa kujawsko- pomorskiego z wieloma uznaniami i nagrodami, m.in. uplasowała się w ścisłej czołówce plebiscytu „Menager Roku 2015” -wytypowana z 21 menagerów z województwa z kilkunastoletnim doświadczeniem, zdobyła blisko 5000 głosów.

**COCO
LUNCH**



Już od 1 marca ponad 40 różnorodnych dań.
Wyselekcjonowane, kaszubskie i ekologiczne produkty.

-25 % od 12:00 do 16:00

OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU

Pobierz **DARMOWY** kupon na  /cocogdynia

Agnieszka Kukałowicz

Co-founder &
CEO Qtravel.pl



Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Można osiągnąć wszystko pod warunkiem, że się tego naprawdę chce. ...ważni są ludzie, którymi się otaczamy i których spotykamy na swojej drodze. ..trzeba wykorzystywać szanse, które nam się przytrafiają. ... jeśli narzekasz, marudzisz, nic nie robisz, to niczego nie osiągniesz.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

Najpierw firma i ludzie z którymi pracuję, dopiero potem ja. To wiąże się czasami z trudnymi decyzjami, których być może nie potrafiłabym podejmować, gdyby nie świadomość, że odpowiadam za firmę i zespół. To często wychodzenie poza swoje przyzwyczajenia czy schematy myślenia, przełamywanie własnych ograniczeń i słabości.

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

Sukces dla mnie jest wtedy, gdy robiąc „swoje” i nie ulegając pokusie pójścia na skróty, nasza praca zostaje zauważona i doceniana. Podoba mi się stwierdzenie, że sukces nie jest celem samym w sobie, ale produktem ubocznym, tego kim jesteśmy, co robimy i jak to robimy.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Nie bój się zmian. Wyjdź z cienia, weź sprawy we własne ręce i działaj. Efekty mogą Ciebie zaskoczyć.

Aleksandra Maciorowska

Prezes Zarządu
Fundacji Pomorze
Dzieciom



Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Mam szczęście do ludzi. Otaczają mnie osoby, bez których nie było by mnie tu i teraz... To Wsparcie dzięki któremu rzeczy niemożliwe stają się możliwe.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

Kiedyś Albert Einstein powiedział: „Wszyscy wiedzą, że czegoś nie da się zrobić, aż znajdzie się taki jeden, który nie wie, że się nie da, i on to robi.”

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

Dla mnie to realizacja podjętej przeze mnie misji związanej z zarządzaniem Fundacją. To umiejętność wykorzystania swego potencjału, sytuacji biznesowych i możliwości życiowych.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Mam to szczęście, że nie muszę pracować, bo robię i robiłam, to co lubię. Na pewno pomogło mi szczęście ale przede wszystkim moja determinacja w osiąganiu celów. Umiejętność ich wyznaczania, pozwala mi na ciągły rozwój i pomogła w kreowaniu ścieżki zawodowej. Ważne jest bycie konsekwentnym, wierność swoim ideałom oraz pokora.

PS. Każdemu życzę okazji do takiego wywiadu, ponieważ jest to bardzo dobry sposób na poznanie samej siebie. Czasami trzeba „coś” napisać żeby „coś” zrozumieć...



To, jak wyglądasz przekłada się na biznes! Mówi Justyna Krawczyk, Style Coach™

Pierwsze wrażenie można zrobić tylko raz. Kobiet dotyczy to szczególnie mocno, gdyż w większości przypadków i tak muszą inwestować dużo więcej niż mężczyźni w rozwój swojej kariery. Uczą się dłużej, zdobywają ważne certyfikaty, kończą dodatkowe kursy i studia. Szkoda - w imię wygody i przyzwyczajenia - niweczyć to rozciągniętym swetrem od babci i przetartymi na kolanach džinsami. Dlatego moje motto brzmi: „Wiedza i doświadczenie muszą być dobrze ubrane”.

„JAKI JEST CEL SZKOLENIA?”

Zawsze zadaję to pytanie osobom decyzyjnym, zapraszającym mnie do współpracy. Pamiętam jedno z takich szkoleń i rozmowę z prezesem firmy farmaceutycznej, który nie do końca potrafił określić swoje potrzeby. Mówił, że jego pracownicy dobrze się ubierają i generalnie nie ma z tym większych problemów. W czym więc rzecz - pytałam? Okazało się, że prezes spółki poszedł o krok dalej. Chciał, aby jego pracownicy wyglądali nowocześnie, odważnie, aby wyróżniali się w tłumie. Wierzył, że ich wygląd przekłada się na postrzeganie firmy na rynku. Chciał, aby spółka była postrzegana jako nowoczesna, proponująca nowatorskie rozwiązania. Wierzył, że aby budować taki wizerunek na zewnątrz, jego pracownicy tak właśnie powinni się prezentować. I miał rację. Ich wygląd, kultura osobista, nawet samopoczucie są najbardziej widocznym łącznikiem między firmą, a jej biznesowym otoczeniem. Tym „kupują” klienta.

NOWOCZESNA BIZNESWOMAN. ALE CO TO ZNACZY?

Pamiętam jedną z uczestniczek szkolenia. Była idealnym przykładem na to, jak można wyglądać profesjonalnie, zgodnie z dress codem firmy, a zarazem nowocześnie. Miała na sobie szarą, dzianinową, prostą sukienkę przed

kostki. Do tego włożyła wysokie, klasyczne szpilki i taliowaną marynarkę w kolorze fuksji. Torebka w delikatną, szaro beżową kratę dopełniała stylizację. Na palcu widniał oryginalny, ale delikatny pierścionek zaprojektowany przez właścicielkę. Dlaczego ta stylizacja była idealnym odzwierciedleniem oczekiwań firmy?

Szara sukienka, choć z dzianiny, była uszyta ze świetnej jakości materiału. Eleganckie ubrania z dresu są modne niezależnie od sezonu, więc osoby, które się na nie decydują, są zawsze trendy. Smaczku dodawała długa sukienka, którą w korporacjach spotyka się rzadko. Trzeba umieć ją nosić. Ta, lekko przed kostki, wyglądała klasycznie, elegancko i niestandardowo. Całości dopełniała świetnie skrojona marynarka w odważnym, wyrazistym kolorze. Postawa tej kobiety była nie mniej ważna. Wyprostowana sylwetka oznaczała pewność siebie i odwagę. Pierścień świadczył o kreatywności i oryginalności. Odniosłam nieodparte wrażenie, że ta kobieta - poprzez swój oryginalny, nowoczesny image - tworzy z firmą idealną pełnię. Prezentowany przez nią odważny, profesjonalny i nowoczesny styl to było to, czego poszukiwał u swoich pracowników jej szef!

KROPKA NAD I

Wszystkie szkolenia biznesowe zaczynam jednak od analizy sylwetki. To ona jest kluczowa, jeśli chcemy zawsze dobrze wyglądać. Dlaczego? Bo to właśnie odpowiednie fasony budują właściwe proporcje sylwetki. I tu przypomina mi się historia Magdy, jednej z managerek firmy, w której niegdyś pracowałam. Jej ubrania zawsze pochodziły z najlepszych butików. Gołym okiem było widać, że dbała o swój wygląd. Jednak zawsze było coś nie tak. Co to było rozumiałam, gdy jako jedna z pierwszych moich klientek zdecydowała się na kreowanie wizerunku pod moim okiem. Okazało się, że kupowała ubrania źle dobrane do swojej sylwetki. Miała sylwetkę, którą określam jako „Zmysłowe Biodra”. Do swoich szerokich bioder i wąskich ramion dobierała bluzki stonowane z dekoltem. Stawiała na rozkloszowane spódnice, które rzekomo miały zakrywać pełne kształty dolnej części ciała. Efekt był jednak odwrotny od zamierzonego. Nie radziła też sobie z kolorystyką ubrań, co tylko pogłębiało problem.

Co jej zaleciłam, aby uzyskać właściwe proporcje



figury? Koszule zamienić na te wzorzyste, zapięte pod szyję, a spódnice - na ołówkowe lub proste. Biodra podkreśliłyśmy i dodałyśmy objętości w ramionach. W taki oto sposób, odpowiednim fasonem, zbudowałyśmy klepsydrę. Metamorfoza Magdaleny dokonana się z pozoru niepostrzeżenie, ale była zdecydowana i trwała, bo objęła też sferę prywatną.

GOTOWY POMYSŁ NA SIEBIE

Konkretne stylizacje i pomysły prezentuję na ubraniach, które zawsze towarzyszą mi podczas szkoleń. Stawiam na praktykę, próbowanie i naukę. Chcę, aby uczestnicy szkolenia wyszli z gotowym pomysłem na siebie. Mówię nie tylko o tym, jak stworzyć swój własny styl, jak wyglądać nowocześnie, ale też gdzie kupić takie ubrania, które spełnią oczekiwania klienta czy klientki. Współpracuję z kilkoma markami modowymi, które - tak jak ja - stawiają na jakość, elegancję i klasę. I są polskie, bo w te wierzę najbardziej. Dbam o różnorodny wybór, aby każdy mógł znaleźć coś odpowiedniego dla siebie i dla swojego portfela. Nie jest prawdą, że tylko wielkie i drogie marki mogą nam zaproponować dobrą jakość. Prawdą jednak jest to, że możemy ubrać się świetnie w rozsądnej cenie. Stawiam na jakość bo dzięki niej możemy wglądać zawsze stylowo i elegancko.

Często, kilka dni po szkoleniu, dostaję wiadomości od jego uczestników. Zawsze są niezmiernie miłe. Piszą w nich o tym, jak bardzo im pomogłam zmienić ich życie. Nie chodzi więc tylko o stylizacje biznesowe, ale i o podniesiony nastrój i samoocenę. Zadbany wygląd to także lepsza jakość codzienności. I oto chodzi! Cieszy mnie również fakt, że podczas szkolenia znikają obawy uczestników, lęk i niepewność co do przebiegu samego warsztatu. Czy zostaną zaakceptowani? Co o nich będę myśleć? Czy nie poczują się zranieni chłodem i krytycznymi uwagami? Nic z tych rzeczy! Wiem, jak ważna jest atmosfera i dbam o nią od samego początku. W taki sposób cel szkolenia staje się osiągalny, mierzalny i widoczny. Wszyscy są zadowoleni. Pracownicy, prezes spółki, ale również i ja!

Justyna Krawczyk, licencjonowana Style Coach™, absolwentka prestiżowej szkoły Style Coaching Institute w Londynie. Założycielka i właścicielka firmy Jak Być Szczęśliwą Kobietą. Stylista i trener rozwoju osobistego w jednym. Autorka programów metamorfoz indywidualnych dla kobiet, warsztatów motywacyjnych, szkoleń dla stylistów oraz szkoleń biznesowych. Jej przygoda z dress codem rozpoczęła się w jednej z amerykańskich korporacji. Jako Lider Projektu była odpowiedzialna za stworzenie i wdrożenie dress codu do firmy. Szkolenia prowadziła między innymi dla takich firm jak: Hal Allergy, Explano Polska, Warta, E Stilo. Wystąpiła jako ekspert między innymi w Radiowej Trójce, Radiu Pin oraz w serwisie informacyjnym Info Wire oraz Newseria. www.jbsk.com.pl, info@jbsk.com.pl, 603 380 952





Marka jest kobietą



KOBIETY NA FALI



- WASZE WARTOŚCI- SIŁA KOBIECOŚCI



Marzena Mielczarek

Dyrektor Generalny Herbarium
Hotel & SPA



Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Najważniejsze to utrzymać Constans czyli równowagę skrajności nigdy nie są dobre...

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

To ponoszenie ryzyka ale wyznając zasady według własnego motto „nie mylić honoru z głupotą i odwagi z brakiem rozwagi”

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

Spełnienie swoich ambicji zawodowych zachowując pokorę do osiągniętych sukcesów...

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Każda kobieta wie dokąd zmierza i co chce osiągnąć, dla każdej z nas SUKCESEM jest coś innego... Najważniejsze pozostać sobą i mieć pokorę do tego co tworzymy...

Anna Milewska

CEO, właścicielka
firmy MINT
PUBLIC
RELATIONS



Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Ważne jest zdrowie, pozytywne nastawienie do świata i bliscy - rodzina i przyjaciele. To jest prawdziwe „bogactwo” i sukces. Nie byłabym tu gdzie jestem, gdybym nie spotkała na swojej drodze niezwykłych, cudownych i inspirujących ludzi.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

To odpowiednie cele i wyzwania. To odwaga podejmowania decyzji zgodnie z własną intuicją, w zgodzie ze sobą. Wiem, że nie potrafiłabym pracować wbrew własnym przekonaniom i sumieniu. W pracy PR-owca taka uczciwość w stosunku do siebie to niezwykle ważna rzecz.

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

Sukcesem jest dla mnie bycie spełnioną w życiu zawodowym i prywatnym. Sukcesem w życiu prywatnym jest moja córka, a w życiu zawodowym - to, że pracując w twardym świecie biznesu pozostaję sobą i jestem wolna.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Jedyną stałą rzeczą w życiu jest zmiana i nie wolno się jej bać. Zmiany to rozwój.



HOTEL ★ ★ ★ ★
NADMORSKI | BUSINESS
POSITIVE



Perfekcja to

idealne komponowanie różnorodności.

Zaplanuj spotkanie biznesowe
w Hotelu Nadmorskim,

a my doskonale skomponujemy wszystkie elementy.

BUSINESS POSITIVE

w cenie pokoju:

- Parking
- Internet Wi-Fi
- „PayTV”
- Prasowanie koszul
- Kawa na wynos
- Zestaw ładowarek w recepcji
- Coffee set w pokoju
- Świeżo wyciskany sok przy śniadaniu

do dyspozycji

- Business Center i mała poligrafia

A ponadto:

- Lokalizacja przy samej plaży
- Szybki dojazd z lotniska
- Tereny rekreacyjne i sportowe
- Fitness, sauna i siłownia
- Wykwintna kuchnia
- Ciepłe nocne menu
- Własne taksówki
- Dostęp do sejfu w pokoju

GDYNIA, EJSMONDA 2

T: +48 58 667 77 77

HOTEL@NADMORSKI.PL

WWW.NADMORSKI.PL

ZAPRASZAMY!

IP MEDIO
PRACOWNIA KREATYWNA

50%



SPECJALNIE DLA MARKA JEST KOBIECĄ
50% ZNIŻKI NA ZAPROJEKTOWANIE
I WDROŻENIE STRONY INTERNETOWEJ
ORAZ NA KAŻDY PROJEKT GRAFICZNY!

ipmedio.pl





Katarzyna Pawłowska-Zub

Dyrektor Zarządzająca agencji reklamowej HAPPY&RICH

Przekonałam się/utwierdziłam się w przekonaniu, że w życiu?

Warto zaufać swojej intuicji i dać sobie czas i możliwość do podejmowania najlepszych dla siebie decyzji.

Czym jest dla mnie/jak rozumiem słowo sukces?

Uśmiechem przed zaśnięciem. Poczuciem, że wszystko się udaje, że warto jest i było sięgać po najtrudniejsze nawet wyzwania, zмагаć się z trudnościami i przeskakiwać siebie! Że się udało! ... I spokojnym snem...

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Zawsze bądźcie pełni/pełne optymizmu i weźcie odpowiedzialność za swoje szczęście, sukcesy i powodzenie! Dokładnie za to, co chcecie, żeby Was spotykało! To jest łatwe! I trudne zarazem... Ale możliwe! I nawet jeśli zajmie to trochę czasu, to najważniejsze, żeby już dziś podjąć tę decyzję.



Malwina Pietroń

ARBONNE

Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Najważniejsze jest zdrowie i pozytywne nastawienie do życia oraz dobre relacje z innymi ludźmi.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

Pokonuję przeciwności i idę dalej, nie boję się porażki, bo traktuję ją jako lekcję, którą należy przerobić i wyciągnąć z niej wnioski, aby nie powtarzać tych samych błędów.

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

Dla mnie oznacza to, że odnalazłam właściwy kierunek w życiu i mogę pracę łączyć z życiem osobistym. Sukces pojawia się wtedy, gdy ustanawiasz dla siebie sensowny zbiór priorytetów i celów, a potem osiągasz te cele z dużą wrażliwością, skromnością i wdzięcznością dla ludzi, którzy ci w tym pomogli.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Strach jest ograniczeniem, nie bój się marzyć i spełniaj się jako matka i kobieta biznesu. Każdy z nas ma takie same szanse i możliwości, ale nie każdy potrafi je dostrzec, bo tkwi w schematach, z których nie chce z jakiegoś powodu wyjść. Pokonaj strach i wyjdź poza wszelkie ograniczenia, zrób plan i uwierz, że na pewno zadziała.

Suknia ślubna dla Każdej Panny Młodej z Celebrity Bridal



CLASSIC + ELEGANT
ALLURE BRIDALS

Suknie ślubne ewoluują wraz ze zmieniającą się modą, obecnie obserwujemy powrót kobiecości i zmysłowości. Bardzo ważne jest, aby sam projektant tworząc suknię dowiedział się od samej kobiety czego potrzebuje. Suknie ślubne zawsze pozostaną nieco tradycyjne. Ważne jednak jest to, by umieć w nich zinterpretować obowiązującą modę. Kolekcje poszczególnych projektantów różnią się od siebie i stają się wyrazem gustu i stylu danego artysty.

W Celebrity Bridal oferujemy szeroki wachlarz modeli od klasyki po ekstrawaganckie i zmysłowe modele. Najważniejszą dla nas kwestią jest to, aby nasze suknie były ultrakobiece, a do tego konieczne jest zrozumienie kobiecej figury. Suknia ślubna odzwierciedla osobowość, więc nasza oferta jest zróżnicowana tak, by każda Panna Młoda mogła znaleźć w niej coś dla siebie.

Większość naszych klientek to klientki eleganckie. Przyjeżdżają do nas kobiety

z całego świata, a każda z nich posiada unikatową wizję swojego ślubu. Najważniejszym elementem jego jest suknia ślubna. To ona zwraca uwagę wszystkich i określa charakter tej uroczystości. To najważniejsza kreacja w życiu kobiety. Nic dziwnego, że poświęca się jej tyle uwagi. Kiedy klientka

przychodzi do salonu, konsultantka musi się dowiedzieć się o niej jak najwięcej: poznać jej osobowość i gust oraz to co Panna Młoda chce czuć podczas uroczystości.



Na początku każdej wizyty rozmawiamy z klientką, by dowiedzieć się na temat jej ślubu. Musimy znać datę i miejsce ślubu, to czy odbędzie się w Polsce czy zagranicą, jak również poznać gust i dowiedzieć się czy mierzyła już suknie ślubne. Staramy się określić jej osobowość i styl oraz to co nosi na co dzień. Ważne jest także to, czy szukała już inspiracji w magazynach ślubnych lub w internecie. Oczywiście staramy się, by pierwsza zaproponowana suknia okazała się tą jedyną. Kiedy kobieta mierzy suknię od razu wyobraża sobie moment wejścia i to jak jej narzeczony odwraca się w jej kierunku.

Kolekcje ślubne zawsze oferują szeroką gamę wzorów i stylów. Oczywiście wszystko zaczyna się od skromnych sukien, prostych krojów lub w stylu syreny. Nie zapominają także o szerokich spódnicach, krojach princessy czy linii-A.



Oferujemy suknie ślubne z szerokiej gamy tkanin od tiuli, satyn, szyfonów, jedwabi po wyszukane koronki i gipiury.

Konsultantka pomaga Pannie Młodej uczynić jej dzień niezwykłym. Dobierając suknię ślubną, przede wszystkim bierze pod uwagę figurę kobiety i stara się zrównoważyć proporcje ramion i talii do bioder. Każda ślubna kolekcja posiada szereg sukni ułatwiający to zadanie, a każda Panna Młoda jest indywidualnością i ma swój własny gust i niepowtarzalną figurę. Naszym zadaniem jest to zrównoważyć. Obserwujemy również jej kolor skóry oraz wzrost. Liczy się także wzrost przyszłego męża, o czym wiele osób nie pamięta wybierając suknię ślubną. Na podstawie zgromadzonych danych decydujemy co będzie najlepsze dla klientki, biorąc pod uwagę jej własne upodobania i uprzedzenia.



Kobiety wiedzą, że nasze salony są liderem jeśli chodzi o innowację, styl i smak, więc na naszej stronie internetowej i w salonach zawsze obserwujemy spory ruch. Ludzie pobierają się o różnej porze roku i w różnych zakątkach świata. Nasze kolekcje uwzględniają to okoliczności i pojawiają się dwa razy do roku wiosną i jesienią. Zatem każda Panna Młoda znajdzie u nas suknię na każdą porę i okazję.

W naszej ofercie posiadamy firmy, które są najlepsze w branży ślubnej na całym świecie i jesteśmy z tego faktu dumni. Znajdziecie u nas suknie ślubne z takich domów mody jak: Pronovias Fashion Group: Pronovias Barcelona, La Sposa, Atelier Pronovias, White One oraz Cymbeline Paris, Rosa Clara, Alma Novia, Yolán Cris, Enzoani, Sincerity, Sweetheart, Lilian West, Justin Aleksander, Justin Aleksander Signature, Allure Bridals. Staramy się zrozumieć kobietę i jej potrzeby oraz to kim jest. Czy podąża za modą czy ma własny gust. Projektanci zwracają dużą uwagę na te czynniki. Nasze kolekcje nie skupiają się na jednym wizerunku, posiadamy suknie ślubne dla każdej kobiety, bo każda kobieta jest niezwykła.

Nasi projektanci zawsze zastanawiają się jak uczynić kreacje bardziej olśniewającymi. Osiągają to za pomocą kroju, tkaniny i zdobień, podkreślając wspaniałość danej sukni i pamiętają o tym, że żadne zdobienie nie może przytłaczać Panny Młodej. Najpopularniejsze są odcienia kości słoniowej i bieli. Pamiętajmy, iż od rodzaju tkaniny zależy jej odcień i że nie do każdego odcienia skóry pasuje dany kolor sukni.

Kobietom szukającym sukni ślubnej radzimy, by zawsze zastanowiły się nad swoim stylem. Mogą szukać inspiracji w internecie czy magazynach lub słuchać rad przyjaciół, ale muszą pamiętać, że suknia musi wyrażać ich własną osobowość. Po drugie warto dać sobie dość czasu na poszukiwania sukni ślubnej. Zwykle radzimy około pół roku wcześniej, jednak sugerujemy nawet

wcześniej, gdyż wiele kwestii organizacyjnych zależy od stylu sukni. Dajcie sobie dość czasu na poszukiwania tej idealnej! Ambicje nasze to dalszy wzrost w branży. Zamierzamy rozwijać nie tylko nasze kolekcje ślubne, ale także linie strojów wieczorowych i kreacji dla matek Pani Młodych. **Naszym celem jest rozwój i nadążanie za najnowszymi trendami ze świata mody!**

Zespół konsultantów Celebrity Bridal życzy udanych przymiarek! | www.celebritybridal.pl



New Season is Coming...

ZAPRASZAMY NA KONFERENCJE

31.03.2016
Sprzedaż

←→

Rozwój
13.04.2016

RABAT 20%

A hand in the foreground points upwards towards a white shopping cart icon on a blue background. In the background, a man in a white shirt and black tie stands with his arms raised in a cityscape, looking up at the sky. The overall theme is business growth and marketing.

na hasło: **Marka jest Kobietą**



Sylwia Ponikwia

Dyrektor Finansowy Gardner Aerospace



Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

„Piękne są tylko chwile”, że przyjaźń to słowo wymyślone przez filozofów, a rodzina to twoja wartość.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

Konieczne decyzje podejmuje się szybko, ryzyko jest częścią biznesu, determinacja w osiąganiu celów i odpowiedzialność za podejmowane decyzje.

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

Dla jednych będzie to szafa markowych ubrań lub egzotyczne wakacje. Dla innych emaile od zadowolonych klientów. Dla karierowiczów/celebrytów występ w telewizji czy rzesza fanów na facebooku. A ja - jestem mało skomplikowana. Uśmiech na twarzy, szczere relacje z otoczeniem, bez względu na okoliczności możliwość spojrzenia sobie w oczy bez zawiści, szczery uścisk dłoni. Spokój rodziny.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Myślę, że nie znam bardziej optymistycznego faktu, niż ludzka zdolność do ulepszania życia dzięki świadomemu działaniu. „Jeśli ktoś z ufnością podąży za swoimi marzeniami i postanowi prowadzić życie, które sobie wyśnił, bardzo szybko osiągnie niespodziewany sukces”.



Kinga Popławska

Trade Marketing Manager, Prudential



Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Trzeba liczyć najpierw na siebie a dopiero w drugiej kolejności na innych.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

Bierze się odpowiedzialność za swoje decyzje.

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

Wtedy kiedy ze swojej pasji czyni się swoją profesję i jeszcze ma się z tego godne pieniądze.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Drogie Kobiety, jeżeli SAME nie zadbać o siebie to NIKT INNY za was tego nie zrobi. Nie chcę powiedzieć, że mi się to jakoś szczególnie udaje.



Karolina Sozańska Holistic Clinic Gdynia

BAĐŹMY DOBRE DLA SIEBIE...
NIE TYLKO NA WIOSNĘ

Kolejny dzień. Kolejny mój ulubiony - jestem w pracy. W Holistic Clinic w Gdyni. To właśnie tu spełnia się moje marzenie by tworzyć z pasją miejsce pełne dobrej energii dla innych ludzi, by pomagać innym. Zarówno tym, którzy mają poważne problemy natury estetycznej, ale też tym którzy chcą po prostu czuć się dobrze ze sobą, atrakcyjnie, luksusowo.

Niby dzień jak co dzień. Miło chociaż za oknem chlapa... Na szczęście już bliżej wiosny i niedługo sceneria za oknem kliniki w Orłowie będzie bardziej kolorowa. Jedna pacjentka wychodzi z gabinetu - zadowolona, uśmiechnięta i dumna z siebie - właśnie zakończyła zabieg laseroterapii skóry twarzy - tak bardzo „męczyły ją” przebarwienia po słońcu. Już cieszy się na myśl, że od wiosny będzie „jak nowa”. A mnie cieszy się serce gdy widzę ja taką zadowoloną.

W poczekalni czeka kolejna pacjentka, bacznie ogląda program „Sekrety lekarzy” (TVN), który jest właśnie odtwarzany. Dopytuje o odczucia po laseroterapii, gdyż widzi jak dr Krzysztof Gojdz - jeden z bohaterów programu, założyciel sieci Holistic Clinic, poddaje się takiemu zabiegowi. Jest zdecydowana - też chce tak jak dr... No może troszkę delikatniej... Ustalamy plan działania - na najbliższy zabieg i do końca roku, żeby wiedzieć nad czym będziemy wspólnie pracować aby była zadowolona z efektów terapii i cieszyła się nimi przez dłuższy czas. W końcu robimy to po to by zatrzymać czas. Na dłużej. Dzielną pacjentka. Już idzie na zabieg. Chwilka spokoju w klinice. W tle słycać pracę lasera.

Już po zabiegu. Pacjentka lekko oszołomiona, ale zadowolona. Rozmawiamy o odczuciach. „...Nie było tak źle jak myślałam. Znieczulenie

działało”. Pani pyta o jeszcze inne zabiegi na twarz - o mezoterapię igłową, osocze bogatopłytkowe, wypełniacze, zabiegi kosmetyki estetycznej. Następnie „przerzucamy się” na ciało - widziała różne urządzenia w gabinetach. Opowiadamy o bezbolesnej epilacji laserowej - jedynej

*...wspomnienie,
romantyzm,
marzenie
i namiętność...
otulone w dłoniach
nabrało formy
utkanej z emocji
przepojonej
kobiecością*

dla Ciebie.

goldenlizard®



Handmade clothing for women

www.goldenlizard.eu | mm@goldenlizard.eu



takiej w Trójmieście, o walce z tłuszczem, z cellulitem, z rozstępami. O możliwościach ujędrniania skóry całego ciała. Wspominamy nawet o liposukcji ultradźwiękowej VASER jako unikatowej ze względu na skuteczność, komfort pracy z pacjentem podczas zabiegu i o skróconym okresie rekonwalescencji.

Pacjentka nieśmiało dalej dopytuje, drąży: „A co jeszcze macie?”. Widać, że coś ją trapi. W końcu delikatnie dopytuję, czy coś jeszcze Pani sprawia problem, czy jesteśmy w stanie pomóc? Wtedy okazuje się, że pacjentka...zawstydzona się, twarz cała w pąsach, ścisza ton głosu i dopiero zaczyna się poważna rozmowa o życiu.

Dręczący dyskomfort w sferze kobiecości- problem by pójść na długi spacer- byle nie za daleko od miejsc z WC , marzenia by wspólnie poskakać z dziećmi na trampolinie bez „popuszczania” czy dziewczęce marzenia o skakaniu na skakance... bez „posikiwania” . Marzenia by chodzić w dżinsach albo jeździć na rowerze. Już wszystko wiem- koniecznie trzeba skierować Panią na konsultację do naszej dr ginekolog. Podejrzewamy spory problem, który w przyszłości może stać się uporczywy: nietrzymanie moczu i przerost warg sromowych. Pocięszam, że i temu możemy zaradzić. Ginekologia estetyczna rozwija się tak szybko. Na szczęście w swojej ofercie mamy dostępną specjalistyczną laseroterapię- tylko patrzeć jak przyjdzie nam z pomocą.

Pani waha się. Nie wie czy powinna... przecież „na dole” nikt nie widzi. To twarz jest priorytetem. Mówi mi- że łzami w oczach, że jeszcze jakoś wytrzyma. Są inne wydatki w rodzinie, inne potrzeby męża- jak się dowie to ją wyśmiej, że to kaprys laserować się „na dole” ...A dzieci? Co by córka powiedziała gdyby się dowiedziała?

Spokojnie rozmawiamy. Przecież nikt z rodziny nie musi wiedzieć o takich zabiegach. Tłumaczę pacjentce, żeby była dobra dla siebie. Nie tylko na wiosnę. Przecież sfera intymna jest taka ważna by czuć się ze sobą dobrze. By czerpać z życia garściami, inaczej spędzać czas- nie tylko z mężem, z dziećmi. Wspólne dalekie spacer, wycieczki rowerowe, spontaniczne konkursy na trampolinie. Fitness, bieganie bez ograniczeń. Trzeba ustalić priorytet. Nie

patrzeć tylko na twarz, żeby dobrze wyglądała. Spojrzeć na siebie holistycznie- na ciało, duszę, wsłuchać się w siebie. Przegnać frustrację, walczyć z dyskomfortem- akurat w tej sytuacji jest to możliwe. Możemy pomóc. Skutecznie, bezpiecznie, dyskretnie.

Pacjentka myśli.

Jednak prosi by zapisać ją na wizytę do naszej dr ginekolog. Obiecujemy dyskrecję. Poczwała ulgę...a ja radość bo wiem, że możemy jej pomóc.

Niestety dla wielu kobiet to marzenie by zadbać o swoje JA. Nie są na tyle dobre dla siebie by zadbać o swoją sferę intymną i skorzystać z zabiegów ginekologii estetycznej bo przecież... Są inne wydatki, inne potrzeby męża, dzieci... albo wstyd, obawa przed krytyką najbliższych itp. A one często czują się takie sfrustrowane ... takie zmęczone swoimi dolegliwościami. Ważne dla nich by twarz dobrze wyglądała, a nie pomyślą, że można też inaczej- holistycznie- że my kobiety to nie tylko twarz- to nasze ciało, dusza, miłość do siebie samej, a przez to dobra energia, serdeczność i uśmiech dla otoczenia....

My kobiety to nie tylko matki naszych dzieci czy partnerki mężczyzn - my kobiety to też istoty ludzkie, które czują i chcą być dobre dla siebie- pomimo wszystko, pomimo „priorytetowych” potrzeb naszych najbliższych.

Bądźmy dobre dla siebie.
Nie tylko na wiosnę!



Karolina Sozańska - Dyrektor Zarządzający

www.holisticclinic.pl/gdynia

HOLISTIC CLINIC Gdynia.

Al. Zwycięstwa 241/6, 81-521 Gdynia

TRITUM Business Park Nowe Orłowo





Agata Prosińska

Complex Director of Sales, Business Travel & Government Starwood Hotels (Sheraton Warsaw, The Westin Warsaw)

Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Najważniejsze jest pielęgnowanie uczuć do najbliższych i inwestowanie w wartościowe przyjaźnie.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

Nic na siłę! nie daj się pracy zwariować, nie daj się pracy zestresować.

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

Umiejętność spełnienia się na wielu polach życiowych.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Chciałabym aby kobiety zawańczyły o swoje marzenia i uwierzyły, że oprócz pracy i wychowywania dzieci można mieć w życiu pasję, której warto poświęcać czas i uwagę, stając się przez to wzorem dla dzieci i dumą dla męża. Czas spędzony na treningu pomaga przewietrzyć głowę, uporządkować myśli i zyskać cierpliwość do spraw zawodowych i domowych. Dla mnie jest to sport, dla innych sztuka, ogrodnictwo, bądź podróże, niemniej warto zawańczyć o czas dla siebie i czas na swoje marzenia!



Magdalena Raniszewska

Kancelaria Radcy Prawnego Magdalena Raniszewska w Gdyni

Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Nic nie dzieje się przypadkiem, a szanse należy wykorzystywać, bo mogą się nie powtórzyć!

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

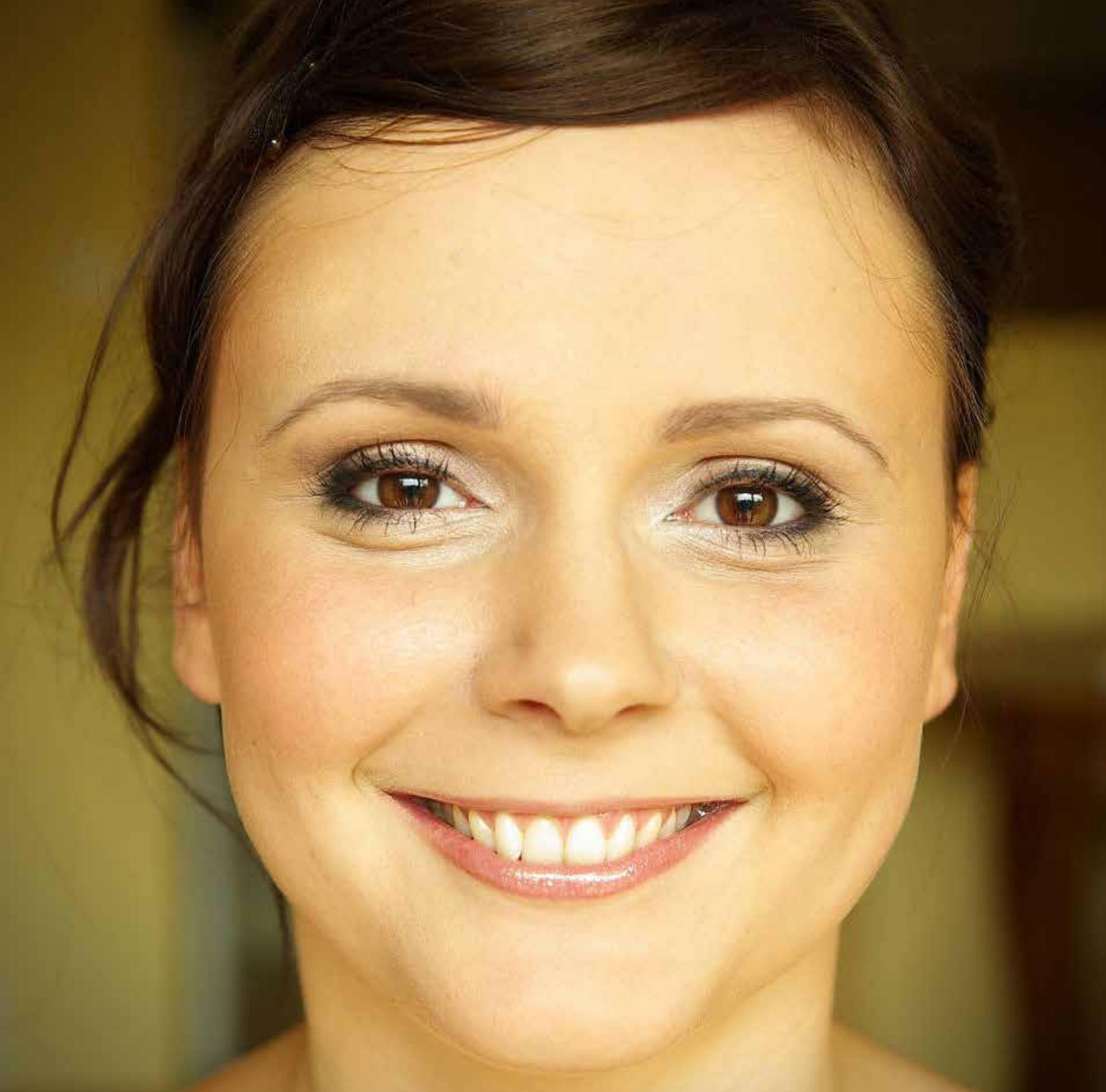
Podejmuję decyzję mimo że nie mam gwarancji sukcesu, ale mam przekonanie, że warto

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

To przekonanie, że to co robię, robię najlepiej jak potrafię i inni to doceniają.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Chciałabym zachęcić wszystkie kobiety, które mają pomysł na własny biznes, ale w ich głowach jest dużo obaw, aby odważyły się zrealizować marzenie o własnej firmie, bo warto - choć na pewno zwłaszcza na początku będzie to wymagało poświęcenia dużej ilości czasu i pracy, to z pewnością z czasem przyniesie dużo satysfakcji... i przekonanie, że „nie taki diabeł straszny, jak go malują”



Lucyna Draczyńska



LUCREATIVE

Dzień z życia przedsiębiorcy - ku pokrzepieniu serc ludzi, którzy postanowili do worka z napisem „doba” wrzucić: zmianę pasji w firmę, rodzinę i potrzebę zarabiania pieniędzy.

06:00 - Budzik ... litości, jeszcze 5 min ...

06:17 - Dobra, dobra, już wstaję. Nastawiam kawę. Pysznic. Sprawdzam czy klejone 3 godziny wcześniej grafiki się nie rozjechały. Jedna do wyrzucenia, reszta w porządku. Teraz trzeba tylko ten cały warsztat położyć poza zasięgiem ciekawskich rączek młodszego pokolenia.

06:50 - śniadanie mistrzów - letnia kawa i wpychane na stojąco kanapki ... ojc, trzeba budzić starszego przedszkolaka (młodszy, chory zostaje z tatą w domu - cwaniaki mogą sobie pospać).

07:08 - po parunastominutowych negocjacjach przedszkolak już na nogach... ale nadal bez majtek, z nieumyтыми zębami i z jedną skarpetą. I jeszcze łązi krok w krok za mną po mieszkaniu. Stop. Umawiamy się, że ma 10 min na ubranie się. Mam 10 min - sprawdzam listę zadań na dzisiaj: zajęcia w przedszkolu, wysyłka zamówień, obrobić foty biżuterii i edytować stronę, ogarnąć księgowość, wracając z przedszkola zajechać do hurtowni po baranki

do kolczyków, zakupy.

07:23 - za 15 min musimy wyjść, a ta nadal bez majtek snuje wizje tego, jak to po przedszkolu będziemy szyły kreacje na jej przedstawienie (jeszcze nie wiadomo co to będzie za przedstawienie, ale szął twórczy już jest; w sumie można to było przewidzieć - niedaleko pada jabłko...).

08:05 - wychodzę z przedszkola zostawiając w nim Personalnego Trenera Cierpliwości. To teraz hyc na rower i do drugiego przedszkola (w którym uczę angielskiego gromadkę czyichś trenerów cierpliwości).

13:10 - Business lunch w przedszkolu (ziemniaczki, klopsiki i surówka) wchłonięty, można ruszać dalej. Kierunek: punkt nadania przesyłek kurierskich.

13:32 - Rety, ten gościu mnie nienawidzi. Wie, że mi się spieszy i celowo kaligrafuje na klawiaturze komputera każdą literkę w każdym liście przewozowym.

14:10 - szybkie zakupy: owocki, ser, mleko i do kasy.

14:25 - nadal w sklepie. Miedzy mną, a kasą nadal 2 osoby (oczywiście przy pozostałych dwóch kasach klienci przemieszczają się w tempie Pendolino). Przy mojej kasie klient twierdzi, że nie zapłaci 3,90 zł za koncentrat pomidorowy, bo na półce była cena 3,79 zł, a w gazetce to w ogóle było 3,75 zł. Z jednej strony go rozumiem - klient zawsze ma rację, z drugiej jednak mam nadzieję, że udławi się pomidorówką i więcej się nie spotkamy.

14:32 - dzisiaj nici z hurtowni jubilerskiej (działają do 15:00). No dobra, to kierunek: dom, zadanie: przygotować księgowość.

15:17 - w związku z tym, że przeziębiony junior młodszy wraz z mężem okupują salon (który zazwyczaj - tj. kiedy młodzież jest w przedszkolu - służy mi jako biuro/pracownia), łąduję w sypialni. Łóżko pościelone laptopem, fakturami, koszulkami i segregatorami. No, to do roboty.

15:19 - junior młodszy oświadcza, że musi się koniecznie przytulić do mamy, a w ogóle, to koniecznie ja muszę mu przeczytać historię o autach. Nie czekając na moje stanowisko zaczyna się gramolić po tym całym księgowym dywaniku mieszając między sobą różne świstki (jakby sama księgowość nie była wystarczająco skomplikowana). No dobra - księgowość na później, teraz tulaski i czytanko (tym bardziej, że o 17:00 i tak muszę zniknąć na godzinę zajęć z angielskiego).

18:10 - po angielskim. Już ruszam na rodzinny, popołudniowy relaks, a tu zapomniany przypominać woła: „pilnie odpowiedzieć klientce - mail”. Odpowiadam więc. Jak się okazuje zamówienie jest dosyć nietypowe i wymaga zupełnie nowego odlewu z żywicy oraz zaangażowania

grawera. Musi mieć odpowiedź najpóźniej do jutra, bo to prezent ślubny, a ten już niebawem. Skrobię więc zapytanie ofertowe w nadziei, że podwykonawca da radę i będę mogła przyjąć zamówienie. Żeby nie było za łatwo się skupić, z drugiego pokoju dochodzi: „Mamaaaa! Chodź! Rzucamy kostką za ciebie - na razie przegrywasz”.

18:23 - no dobra, ogarnięte. Rodzina wzywa do zabawy.

21:00 - zegarek obwieszcza definitywny koniec zabaw - młodzież pod nadzorem taty rusza w kierunku sypialni, a ja w kierunku salonu, który muszę najpierw zamienić w biuro rachunkowe, a potem w pracownię fotograficzną.

21:30 - Salon gotowy do zmiany przeznaczenia. Rozstawiam studio fotograficzne.

21:50 - Światła odpalone, sprzęt bezcieniowy ustawiony. Godzinka - maksymalnie dwie - i będzie gotowe.

01:30 - Mąż odpadł. Zdjęcia zrobione. To teraz księgowość.

03:00 - Jestem zombie. Moje oczy okryły się mgłą, a mruganie przeciąga się w chwile snu. Koniec - spać.

Dni różnią się od siebie, każdego dnia zestaw „to do” wygląda inaczej, jednak zawsze doba jest wypełniona po brzegi. Jeszcze nie zwariowałam.

Podobno geniusze nie potrzebują dużej ilości snu. Taki Edison (ten od żarówki) podobno spał 4 godziny dziennie, a Tesla potrzebował tylko 2 godzin (Tesla to ten, co tak na prawdę wynalazł żarówkę, ale pozwolił, żeby Edison przyznał się do tego wcześniej... może jednak powinien sypiać dłużej). Darwin z kolei sypiał ponoć całkiem regularnie 7 godzin... tyle wystarczyło, żeby wkręcić potomnym, że pochodzą od małpy. Do jako takiego działania wystarczy mi średnia między Darwinem i Edisonem. Z tego jasno wynika, że następna kolekcja będzie genialna... Chyba pora spać. Dobranoc.

Autor: Lucyna Draczyńska - właścicielka marki jubilerskiej LUCREATIVE, anglista, pedagog, tłumacz | www.lucreative.pl



LUCREATIVE

www.lucreative.pl

the art you wear



Monika Sałapat

Założycielka marki odzieżowej
Bonanza Style

Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Najważniejsi są ludzie i serdeczne relacje. Resztę można wypracować.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

Śmiało realizuję swoje plany zawodowe, wiem czego chcę, jak to osiągnę i do czego dążę. Ważne, aby po drodze nikogo nie skrzywdzić i nie wykorzystać do swoich celów, ponieważ nie jest to oznaka siły i odwagi, a tchórzostwa.

Moje wartości w życiu - na co dzień i w biznesie?

Rzetelność, wiarygodność, uczciwość i szczerść. To cechy charakteru, które można w sobie pięknie rozwinąć, a które rzutują na całe nasze życie.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Warto zawsze stawiać na siebie, bez względu na wszystko znaleźć swój sposób na niezależność i spełnianie swoich życiowych zamierzeń. Taka postawa rzutuje na całe życie i na wszelkie relacje jakie tworzymy z ludźmi.



Natalia Sitarska

Socjolog, badacz marketingowy,
prowadzi najbardziej popularny blog
kulinarno-podróżniczy w Polsce
www.tasteaway.pl

Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Zawsze coś może nas zaskoczyć, a zmiany, których się obawialiśmy mogą być zmianą na plus.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

Potrafię zaakceptować zmiany i elastycznie dostosować się do nowych sytuacji.

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

Sukces to dla mnie szczęście, harmonijne życie, w którym jest czas na wszystko: rodzinę, pasję, pracę, przyjaciół.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Czasem ktoś mówi, że nie można mieć wszystkiego: dziecka, fajnego życia we dwoje, podróży, imprez, ciepłego domu, satysfakcjonującej pracy, pasji. Można. Można wszystko.

Anna Słomkowska

Dietetyk
medyczny i
sportowy



fot: Gordon Blackler



Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Niezmiernie ważni są ludzie, których spotykamy. Z nimi życie ma różne kolory, dokonują się fantastyczne rzeczy, a porażki i cięższe chwile przechodzi się znacznie łatwiej.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

Robię to co lubię i potrafię, podejmuję nowe decyzje, często wkraczając na nieznaną mi teren - to wyzwania. Porażki traktuję jako doświadczenie, które tak samo buduje sukces jak wszystkie trafne decyzje. Uważam, że biznes, to także ludzie, którzy mnie otaczają, choć prowadzę jednoosobową działalność. To, co mówią i robią inni wpływa na to jak prowadzę firmę. Dzięki temu wiem czego unikać, w co inwestować siły i wiedzę.

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

To odżywczy koktajl zrobiony z odwagi, pomysłowości, otwartości, ludzi, dobrych i złych decyzji oraz szczypty szczęścia.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Działajcie - bo siedząc i rozmyślając niczego nie zmienicie. Działanie w biznesie to odpowiedzialna, ale fajna zabawa. Potrafi sprawić przykrość, ale daje niewspółmiernie dużo radości. Także nie ma na co czekać...masz pomysł lub marzenie zacznij działać. Czas na zbieranie planów z pewnością nadejdzie. Czyny generują szanse.

Agnieszka Sołtysiak

Prezes i partner w
agencji Endorfina
Events



gfoto: Szymon Kobusiński

Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Piękne są chwile - nie powiem „tylko”, raczej „aż”. Ważne jest to, co tu i teraz - z tego warto czerpać i cieszyć się każdym dobrym momentem.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

Wychodzę ze strefy komfortu, podejmuję wyzwanie

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

Sukces to ciężka praca i najlepsza nagroda, którą ta praca przynosi - satysfakcja

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Mimo, że to być może banał powtarzany przez każdego coacha moje życie jest najlepszym przykładem na to, że nie ma rzeczy niemożliwych. Ważne jest podjęcie wyzwania, pierwszy krok i wyjście ze strefy komfortu. Bo jeśli nie kończymy na marzeniach, a działamy to zbliżamy się do osiągnięcia celu, choć czasem, na początku jest on nieuświadomiony. Kilka lat temu nie zakładałam, że będę współwłaścicielką jednej z najlepszych agencji eventowych, ale bardzo chciałam pracować na własne nazwisko. Ciężka praca mojego współnika i moja oraz całego naszego zespołu doprowadziła do miejsca, w którym dziś jesteśmy.

Jakiś czas temu przeczytałam zdanie, które mocno zapadło mi w pamięć: „Nie słuchaj głosu, w twojej głowie, który mówi, że nie dasz rady - on kłamie”. Dlatego zawsze (!) próbuję wykorzystać szanse, które mi się przydarzają.



Mediacja – pozasądowa forma rozwiązywania konfliktów



DOROTA WOLLENSZLEGER

sporu, jest doprowadzenia do ugodowego załatwienia tego konfliktu. Podstawowymi zasadami mediacji jest: bezstronność, dobrowolność, akceptowalność, poufność i neutralność.

Przystąpienie do mediacji jest **dobrowolne**, to znaczy, że w każdym momencie każda ze stron może się z niej wycofać, bez żadnych skutków prawnych, nawet nie podając przyczyny swojej decyzji. Mediator i reguły mediacji powinny być **akceptowalne** dla stron. Mediator powinien być **bezstronny** i **neutralny**, a cała mediacja objęta jest **poufnością**. Warto tu zaznaczyć, że mediator to nie osoba, która ma stwierdzić kto ma rację. Jego zadaniem jest stworzyć sprzyjające warunki do rozmowy stron, ukierunkowanej na rozwiązanie konfliktu, który zadowala obie strony.

Należy pamiętać też, że mediacje nie zawsze muszą odbywać



się przy spotkaniu wspólnym obu stron konfliktu. Jeśli np. z jakiś względów spotkanie „oko w oko” jest niemożliwe, warto rozważyć mediację **pośrednią**, niż zrezygnować z mediacji w ogóle. W mediacji pośredniej mediator spotyka się z każdą ze stron, przekazuje informacje, stanowiska stron i ich propozycje. Nadal jednak pełni swoją podstawową rolę. Dąży do ugodowego załatwienia sprawy.

Bywa, że rozwiązanie konfliktu leży naprawdę blisko i wystarczy, że strony przedstawią swój obraz sytuacji, oczekiwania, a pomysł na rozwiązanie satysfakcjonujące obie strony sam się nasuwa. Nie należy oczekiwać, że mediator podsunie rozwiązanie. Nie taka jest jego rola. Mediator nie może narzucać stronom własnych propozycji rozwiązania ale widząc, że strony mogą zawrzeć korzystną dla nich ugodę, powinien stworzyć ku temu sprzyjające warunki. Czasem wystarczy przepływ informacji.

Każdy może znaleźć się w sytuacji jakiegoś sporu. Pierwsza myśl większości ludzi to „idę z tym do sądu”, wierząc, że tam odnajdzie sprawiedliwość i że będzie ona oczywiście „po naszej stronie” parafrazując słowa bohatera najsłynniejszej polskiej komedii. Ale jaką mamy pewność, że tak właśnie będzie? Obiektywnie rzecz biorąc, żadnej. Warto zatem wiedzieć, że nie zawsze sytuacja wymaga angażowania sądu. Istnieją bowiem poza sądowe możliwości rozwiązania konfliktów. Są nimi m.in. mediacje. Mogą być prowadzone np. w sprawach karnych, rodzinnych, gospodarczych, prawa pracy czy nieletnich.

Od stycznia br. wnosząc pozew do sądu należy w nim zawrzeć informację, czy strony podejmowały próbę porozumienia pozasądowego. Co nakłada niejako odgórnie obowiązek zastanowienia się nad problemem w kategoriach polubownego jego załatwienia. Jeśli strony do sądu trafiają będąc w dużym konflikcie, to latami ciągnąca się sprawa, tylko ten konflikt zaostrza, a strony i tak nie zawsze są usatysfakcjonowane ostatecznym wyrokiem.

Mediacja to dobrowolne, poufne pozasądowe postępowanie w sprawach, w których możliwe jest zawarcie ugody. Prowadzona jest pomiędzy stronami (uczestnikami) określonego sporu przez osobę trzecią. Jest nim bezstronny mediator. Celem spotkania, lub kilku w zależności od ciężaru

Kierując sprawę do sądu pamiętajmy, że tracimy kontrolę nad wynikiem postępowania, gdyż o tym zadecyduje sąd. Kierując sprawę do mediacji, bądź podejmując próbę w wyniku sugestii lub skierowania przez sąd, mamy całkowity wpływ na zakończenie sporu.

Przytoczę na koniec opowiastkę, która mnie osobiście do mediacji przekonała: Dwie siostry spierały się o pomarańczę. Sąd sprawiedliwie kazałby podzielić ją na pół i każdej z sióstr dał by równą część. W czasie mediacji (rozmowy) okazało się, że jedna z sióstr chce zrobić sok, druga natomiast potrzebowała skórki do wypieków. Oddaje to w pełni istotę mediacji.

Dorota Wollenzleger

Prezes firmy All4Her Sp. z o.o. w sieci Kobieta i Rozwód. Od prawie roku pomaga, wspiera i przeprowadza kobiety przez trudny czas jakim jest rozwód. W jednym miejscu skupia wszystkich specjalistów, którzy mogą być potrzebni: adwokaci, radcy prawni, psychologowie, mediatorzy, czy detektywi. Największą siłą firmy jest ona sama. Profesjonalistka w każdym calu. Z pełnym zaangażowaniem swoim i swoich specjalistów, bazując na osobistym doświadczeniu, opracowuje strategię i taktykę każdej sprawy w sposób indywidualny i kompleksowy. Dzięki takiemu podejściu kobiety czują się otoczone opieką, a wyniki pracy są imponujące.

Charytatywnie wspomaga Stowarzyszenie dla Naszych Dzieci działającego na rzecz miliona dzieci w Polsce, które za sprawą nieudolnych przepisów prawa i przyzwolenia społecznego, pozbawionych jest alimentów zarówno od swojego rodzica jak i od Państwa. Aktualnie pracują nad zorganizowaniem z udziałem Izby Komorniczej, przedstawicielami MOPR i adwokatami spotkania / warsztatów poświęconych tematowi niealimentacji w Polsce.

Od grudnia firma All4Her rozszerzyła swoją działalność o jedyną na Pomorzy Szkołę dla Rodziców z indywidualnym programem spotkań dla osób

z problemami wychowawczymi. Oferta skierowana jest do rodziców będących w konflikcie lub rozwodzie, chcących podnieść swoje kompetencje rodzicielskie. Warsztaty przygotowano z myślą o samodzielnych rodzicach, parach lub w ramach spotkań grupowych.

Kolejną mocno rozwijającą się sferą działalności All4Her jest ukierunkowana na rozwój kobiet. Nawiązanie współpracy z coachami i trenerami komunikacji interpersonalnej zaowocowało stworzeniem cyklu spotkań obecnie pod nazwą MOCnaodNOWA. Warsztatów budowania pewności siebie i asertywności za sprawą komunikatu werbalnego i pozawerbalnego, ubioru czy właściwego makijażu.



mgr **Anna Słomkowska** dietetyk medyczny i sportowy

- odchudzanie
- testy: nietolerancje pokarmowe i mikroflora jelit, terapie probiotyczne
- diety w sporcie
- diety w jednostkach chorobowych
- wykłady, szkolenia, prezentacje

ul. I Armii Wojska Polskiego 13/218,
Gdynia

Tel.: **692 120 698**

www.annaslomkowska.pl

Zapraszam.



Marka jest kobietą



KOBIETY NA FALI



- WASZE WARTOŚCI- SIŁA KOBIECOŚCI



Agnieszka Sulich

Prokurent, Product Manager A1 Europe



Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Najważniejsi są dla mnie ludzie, dlatego ciągle wolę rozmawiać przy kawie niż na czacie, przyjaciół poznaję w realu a nie na portalach społecznościowych, a o uczuciach staram się mówić w oczy a nie w smsie.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

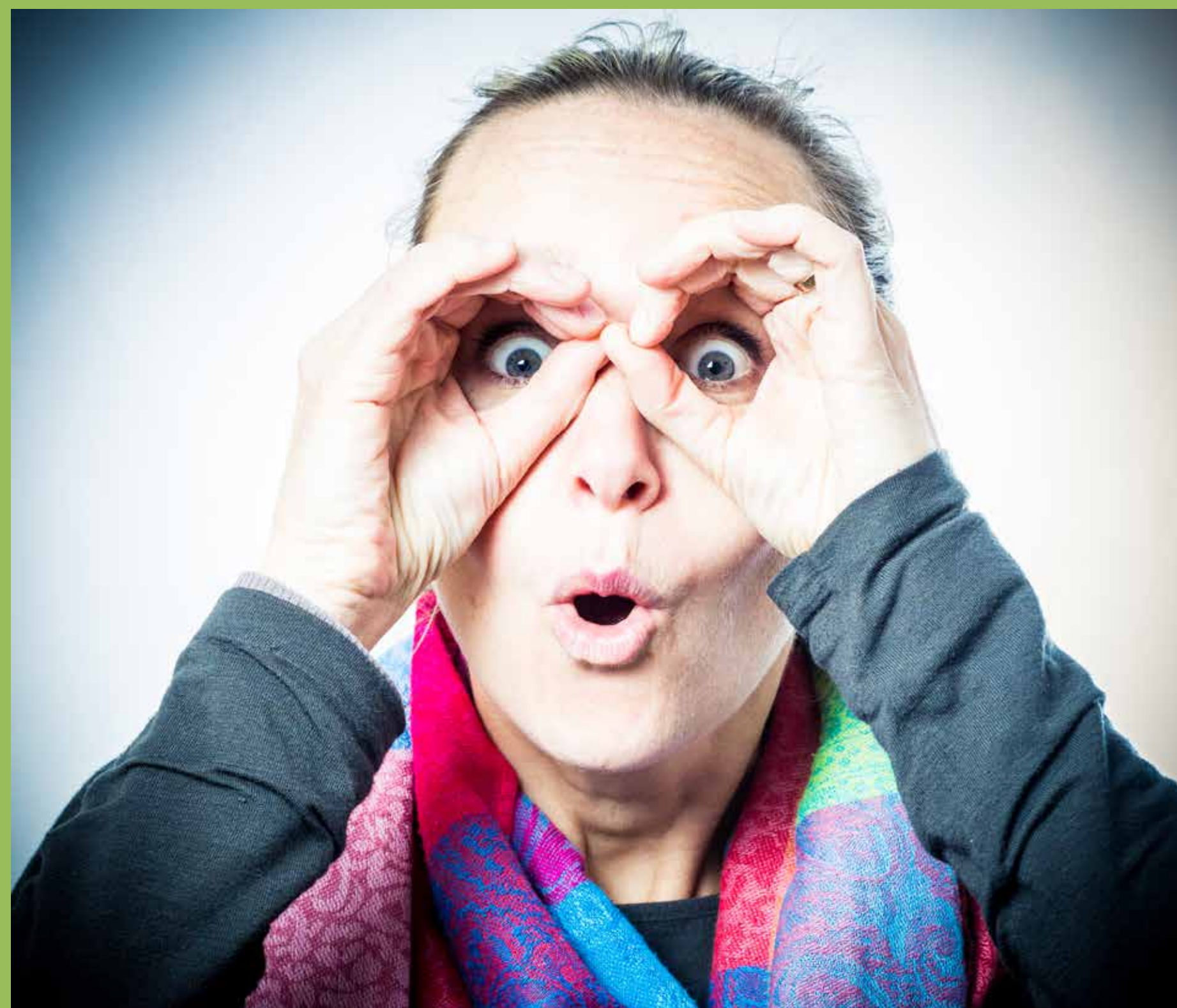
Rozumiem ją tak, że biznesowa codzienność pełna jest wyzwań, zadań i decyzji, które często przerażają nie tylko swoją wielkością, ale również nowością, a jednak zdobywam się na odwagę, by się ich podjąć.

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

To poczucie, że zrobiło się wszystko, co było możliwe i że dzięki temu się udało! Sukces to dla mnie osiągnięcie stawianych sobie celów, bez względu na ich wielkość.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Uwierz w siebie, w swoją siłę i możliwości, a potem zacznij marzyć - tylko ostrożnie, bo marzenia naprawdę się spełniają.



Justyna Szumańska-Blackler

Właścicielka Języki obce dla Wiercipiętów



Kobiety pragną harmonii w każdej dziedzinie życia. W harmonii zawiera się i piękno, i odrobina szaleństwa, i spokój, i postęp.

Sukcesem jest nie tylko powodzenie w przedsięwzięciach zawodowych, ale przede wszystkim umiejętność zachowania równowagi w życiu, złotego środka pomiędzy czasem poświęconym firmie i czasem poświęconym na budowanie relacji z dziećmi, mężem, rodziną.

Każda próba rozwoju jest nieprzypadkowa i przemyślana, ponieważ czas jest na wagę złota. Dzień ma nadal 24 godziny i tylko od nas zależy, czy ten czas wykorzystamy mądrze, czy dzięki naszym działaniom będziemy inspiracją dla innych.

Kobięcy biznes to także wspomaganie innych osób: pracowników oraz firm współpracujących, zarówno kobiet i mężczyzn, poprzez tworzenie takich warunków pracy, które pozwolą innym na zachowanie harmonii.

Jak bezpiecznie zawierać umowy? Nie wszystko jest tak oczywiste, jak się „ustnie” wydaje.



MR Kancelaria Radcy Prawnego
Magdalena Raniszewska

Negocjowanie i zawierania kontraktów handlowych to nieodłączny element każdego biznesu. Poniżej przedstawiam kilka wskazówek, jak zawierać umowy, które będą bezpieczne dla prowadzonej działalności.

Zacznę może od banału: umowy warto zawierać na piśmie. Oczywista oczywistość? Niestety nie! Bardzo często zgłaszają się do mnie klienci z prośbą o pomoc, ponieważ kontrahent nie wywiązuje się z umówionych warunków / nie płaci / oczekuje niemożliwego i grozi tym, że nie zapłaci. Jednak gdy pytam o dokument, z którego wynikają zasady współpracy, na które strony się umówiły, dowiaduję się, że umowa była ustna... Na pytanie dlaczego, słyszę: bo „to

przecież miało być takie proste zlecenie”, „wszystko było jasne / zasady wydawały się oczywiste” itp.

Czasem też zdarza się, że strony wprawdzie zawarły umowę, ale jej wzór ściągnęły z internetu i później okazuje się, że niestety jest on zbyt ogólny i zupełnie niedostosowany do specyfiki współpracy stron i przedmiotu umowy, przez co nie zawiera wielu istotnych postanowień.

Tymczasem umowa nie jest na „dobre czasy”, gdy na początku współpracy wszystko „wydaje się proste”, tylko po to, aby sięgnąć po nią, gdy w trakcie realizacji pojawią się wątpliwości i kwestie sporne. Wówczas kluczem do sukcesu jest to, żeby zawarte w niej były postanowienia, które w jednoznaczny i bezpieczny sposób pozwolą wyjść z trudnej sytuacji. Może oczywiście zdarzyć się tak, że współpraca przebiegać będzie „gładko i przyjemnie” i w ogóle nie będzie potrzeby odwoływania się do zasad umownych... Jednak z mojego doświadczenia wynika, że bardzo rzadko sytuacja jest tak komfortowa i nie zawsze jest to wina stron i ich złej woli czy nierzetelności (choć i to się zdarza), lecz często problemy powodują zdarzenia od stron niezależne czy po prostu pojawienie się okoliczności wcześniej nieuwzględnionych. Czasem natomiast każdej ze stron wydaje się, że pewne kwestie są oczywiste i nie wymagają zapisania w umowie, a potem okazuje się, że każda ze stron te rzekomo oczywiste zagadnienia interpretowała w zupełnie odmienny sposób...

Za przykład posłużyć może historia jednego z moich Klientów, który zgłosił się do mnie już po wykonaniu usług na rzecz swojego kontrahenta, ponieważ ten odmówił uiszczenia wynagrodzenia wskazanego na fakturze i oświadczył, że jest gotów uiścić połowę tej kwoty. Zleceniodawca nie miał żadnych zastrzeżeń do prawidłowości czy terminowości wykonania usługi, jednak jego zdaniem kwota wynagrodzenia była za wysoka. Z kolei zleceniobiorca tłumaczył, że to przecież standardowa stawka wynikająca wprost ze stosowanego przez niego cennika. Problem polegał na tym, że gdy zapoznałam się z treścią umowy, jaką strony zawarły, okazało się, że określono w niej wszystko... poza wynagrodzeniem! Tym samym to, co dla zleceniobiorcy było najistotniejsze, nie zostało w ogóle zabezpieczone (umowa w żadnym punkcie nie odsyłała do stawek z cennika, a sam cennik nie został do niej załączony czy nawet drugiej stronie okazany). Z powodu tego błędu mój Klient zmuszony był

wdać się w długi spór, w toku którego musiał udowodniać, że wyliczona przez niego kwota wynagrodzenia oparta jest na stawkach rynkowych.

Sytuacji tej można było uniknąć, zawierając w projekcie umowy postanowienia, które jednoznacznie wskazywałyby sposób kalkulacji wynagrodzenia wykonawcy za wykonane usługi.



Dlatego tak istotne jest, aby jeszcze przed zawarciem umowy przeanalizować możliwe scenariusze i (najlepiej przy pomocy profesjonalisty w tej dziedzinie, który doradzi i dobrze odpowiednio rozwiązań) przygotować taką umowę, która zabezpieczy interesy firmy na wypadek ich zaistnienia.

Zanim jednak przystąpimy do negocjowania umowy, warto zacząć od weryfikacji kontrahenta, z którym zamierzamy nawiązać współpracę. Sprawdzenie danych firmy w odpowiednich rejestrach pozwoli choćby upewnić się, czy jest to faktycznie istniejąca działalność / Spółka, czy nie znajduje się w stanie upadłości bądź likwidacji, czy nie figuruje w rejestrze dłużników itp.

Po wstępnej weryfikacji możemy przejść do formułowania bądź negocjowania warunków umowy.

Najważniejsze wskazówki w tym zakresie to:

- Możliwie precyzyjne określenie przedmiotu umowy – tak, by nie było wątpliwości, do czego dana strona się zobowiązuje. W przypadku bardziej złożonych kontraktów np. na świadczenie wyspecjalizowanych usług, szczegółowe warunki warto ująć w formie załączników do umowy, tak, by nie uczynić samej umowy nieczytelną.
- Jednoznacznie opisanie sposobów realizacji przedmiotu umowy – tak, by dla obu stron było czytelne, czego może oczekiwać druga strona.
- Jasne sformułowanie warunków i terminów płatności.
- Wyznaczenie konkretnego terminu realizacji obowiązków wynikających z umowy.
- Przewidzenie kary umownej za nieprawidłowe / nieterminowe wykonanie świadczenia lub niewykonanie świadczenia – należy przy tym pamiętać, aby wysokość

kary była adekwatna do naruszonych obowiązków i do wartości samej umowy, tak by nie wystąpiło ryzyko uznania jej za „rażąco wygórowaną” w razie ewentualnego sporu sądowego.

- Zastrzeżenie obowiązku zachowania szczególnie cennych informacji handlowcy w tajemnicy, poprzez sformułowanie odpowiedniej klauzuli poufności i zabezpieczenie przed jej ewentualnym naruszeniem karą umową – ma to szczególne znaczenie, w sytuacji gdy np. podczas świadczenia usług ujawniane jest „know-how” czy dane kontrahentów strony.

Na koniec, przed samym podpisaniem umowy, warto sprawdzić czy umowę podpisuje osoba do tego upoważniona (Zarząd Spółki, prokurent, pełnomocnik). Weryfikacja danych w publicznych rejestrach oraz przedłożonych przez drugą stronę dokumentach pozwala na ustalenie prawidłowości reprezentacji kontrahenta, tak, aby uniknąć zawarcia umowy, która potem okaże się być dla drugiej strony niewiążąca.

Oczywiście treść konkretnej umowy i potrzeba wprowadzenia do niej odpowiednich postanowień zależy będzie od konkretnego jej przedmiotu i warunków współpracy stron. Przygotowując bądź weryfikując projekt umowy dla swoich Klientów uwzględniam zarówno specyfikę samego przedmiotu umowy, jak i branży, w której funkcjonują, biorąc także pod uwagę ewentualne ryzyka, jakie mogą się pojawić w toku realizacji. Pozyskanie szczegółowych informacji w tym zakresie pozwala mi przygotować draft, który w największym możliwym stopniu zabezpieczy interes firmy, na wypadek gdyby w trakcie realizacji kontraktu pojawiły się jakieś komplikacje (czego niestety nigdy nie można wykluczyć). Oczywiście szczegółowe zasady współpracy są często przedmiotem długotrwałych negocjacji, jednak przy dobrej woli obu stron możliwe jest osiągnięcie satysfakcjonującego kompromisu.



O autorze: Magdalena Raniszewska, radca prawny, prowadzi Kancelarię Rady Prawnego w Gdyni, specjalizującą się w świadczeniu szeroko pojętej pomocy prawnej na rzecz przedsiębiorców, w zakresie ich kompleksowej obsługi prawnej we wszystkich aspektach funkcjonowania, w szczególności spółek prawa handlowego, dbając o bezpieczeństwo prawne prowadzonej działalności. Kancelaria zajmuje się również obsługą klientów zagranicznych. Możesz się z nią skontaktować pod adresem kancelaria@raniszewska.pl



Anna Walasek Bojanowska

Odwaga w biznesie

Myślę, że odwaga w biznesie i życiu osobistym tak naprawdę są tym samym. Odwaga to pozostawanie wiernym sobie i swoim wartościom. To zdolność, by iść w swoją stronę i w swoim tempie, podczas gdy inni wokół pędzą w jednym kierunku. Odwaga to słuchanie intuicji, to sięganie po to, czego się pragnie, nawet jeżeli oznacza to krok w nieznaną.

Wbrew pozorom lęk i odwaga nie są przeciwieństwami. Prawdziwa odwaga nie oznacza braku lęku, lecz działanie pomimo tego, że się boimy.

Pojawiające się szanse w życiu zawodowym/osobistym.

Wszystko może być szansą, nawet bycie na dnie daje korzyści, bowiem pozwala się odbić.

Moje przesłanie do innych kobiet.

Jesteś niepowtarzalna, pokaż światu swój talent.



Małgorzata Winiarska

Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu...

Najważniejsze są fundamenty, czyli wychowanie, kultura, empatia oraz inne wartości wyniesione z domu. W życiu prywatnym najważniejsza jest rodzina, jej wsparcie i oddanie, a w biznesie ludzie lojalni.

Odwagę w biznesie rozumiem jako...

Podjęcie nowych wyzwań, nawet tych z góry skazanych na niepowodzenie, przełamywanie stereotypów i barier, lecz zawsze w zgodzie z etyką oraz dobrymi praktykami biznesowymi. W człowieku potrzebna jest nie tylko odwaga, ale i wizja oraz pasja do tego co robi, a przede wszystkim wiara, że to się uda!

Pojawiające się szanse/sytuacje biznesowe w pracy, jak i osobistym życiu...

Szanse zawsze należy wykorzystywać w pełni, w życiu osobistym każdą szansą w dzisiejszym biegu dnia codziennego jest chwila dla bliskich, rozmowa, wspólne spędzanie czasu i zrozumienie. Szanse i sytuacje biznesowe należy wykorzystywać w zgodzie z własnym sumieniem i etyką zawodową w połączeniu z determinacją i wiarą w słuszność naszych działań.

Moje przesłanie dla innych kobiet (i nie tylko)?

Moje przesłanie nie będzie bardzo odkrywcze jednakże bliskie mojemu sercu a mianowicie, aby żyć w zgodzie z sobą i w zgodzie z własnymi zasadami, by nie utrudniać życia zarówno sobie jak i otoczeniu - w życiu osobistym jak i zawodowym. A w dzisiejszych czasach życzę kobietom, tego by potrafiły znaleźć balans pomiędzy życiem osobistym i zawodowym i aby te dwa światy nie przenikały się nawzajem, gdyż to zwykle nie prowadzi do niczego dobrego.

Piękne momenty Klubu Marka jest kobietą "uchwycone w kadrze".

Tak pięknie się bawimy i rozmawiamy, tworząc wartościowe relacje na naszych markowych spotkaniach Klubu Marka jest kobietą. Prowadzisz ciekawy biznes i jesteś kobietą? Przyłącz się do nas! Nasza wyjątkowa, ogólnopolska społeczność Kobiet na fali to Klub Marka jest kobietą. redakcja@biznesnafali.pl.



„Bardzo dziękuję za przemity wieczór. Do dzisiaj jestem po wrażeniu tego spotkania. W jak naturalny sposób prowadzi Pan rozmowy. Wspaniała idea spotkań. Dla mnie bardzo inspirujące. Gratuluję. Spotkanie przebiegło w przemiłej atmosferze. Z ogromną przyjemnością wezmę udział w kolejnym tak wyjątkowym spotkaniu”

„Jestem pod bardzo dużym wrażeniem całego wydarzenia. To był mój pierwszy raz i na pewno nie ostatni. Taka ilość pozytywnej energii od wielu wspaniałych kobiet rzadko się zdarza w jednym miejscu, dlatego jestem po prostu oczarowana :) Było mi bardzo miło.”



foto: Collab Studio, Jolanta Rylko

„Dziękuję za spotkanie pełne inspiracji. Wyniosłam z niego wiele. MOTYWACJĘ, do działania, do budowania siebie. Inspirację do tworzenia nowej rzeczywistości. Wiarę, że nie ma rzeczy niemożliwych, że nie ma porażek tylko przeszkody i że wszystko się uda jeśli tylko same w to uwierzmy. Takie wydarzenia dają ogromną szansę, by zrozumieć biznes, swoje potrzeby, odkryć marzenia i nawiązać nowe znajomości.”



foto: Collab Studio, Jolanta Rylko

Spotkanie spełniło moje oczekiwania w pełni ;) Czekam z niecierpliwością na wszelkie info o kolejnym wydarzeniu.

**Pozdrawiam serdecznie,
Iwona Urbańska, Deloitte**

Spotkanie pełne inspiracji i pomysłów na przyszłość, otwierające kolejne drzwi, za którymi są następne możliwości, kontakty i siła, ogromna siła kobiet... to była moc elektrowni ;) Dowiedziałam się, czego pragnę w swoim życiu i ile jeszcze jest do zrobienia dla kobiet z kobietami. Najważniejsze, że poznałam codowne kobiety, silne, mądre o świetnych pozycjach zawodowych a jednocześnie tak bardzo kobiece i normalne i mające takie same rozterki życiowe jak każda z nas. Cieszę się ogromnie, że mogłam spędzić tak miło ten wieczór, czekam na kolejne spotkanie. (Katarzyna Nowak współwłaścicielka marki Ona Moda)



foto: Collab Studio, Jolanta Rytko

**Panie Jarosławie - serdecznie dziękuję za wieczór!
To najlepiej zainwestowane pieniądze w moim
życiu! /a trochę już żyję/**

serdeczności i powodzenia

Justyna Adrych

Spotkanie było inspirujące, ciekawe i energetyzujące. Brawa dla Ciebie za prowadzenie. Dziękujemy za zaproszenie. Po frekwencji i zaangażowaniu uczestników widać, że takie inicjatywy są bardzo potrzebne. Pozdrawiamy.

Katarzyna Borowik

Bardzo dziękuję za spotkanie. Wspaniała organizacja i pełen profesjonalizm!

BusinessLifePRO Agnieszka Matysiak

Wspaniale prowadziłeś ten wieczór. Zadawałeś interesujące pytania. Bardzo udane spotkanie. Dziękuję za zaproszenie. Podobała mi się koleżeńska atmosfera panująca wśród uczestników, niespotykana na innych wydarzeniach dla biznesu. Ciekawe tematy i kontakty.

Anita Romanowska, Aroma Design



Dorota Wollenzleger

Prezes spółki All4Her, działającej w sieci
Kobieta i Rozwód



Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?
Wszystko jest możliwe, dosłownie wszystko. Wystarczy mocno czegoś pragnąć, a możliwości osiągnięcia tego same się pojawiają.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że? Podejmuję ryzyko, bo mocno wierzę we własne siły

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces? W moim przypadku to uwiarygodnienie mnie, firmy i zdobycie zaufania klientki. Taki sukces każdego dnia.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Można wszystko, tylko trzeba odważyć się zrobić choć jeden krok. Jeśli nie dla siebie to dla kogoś dla kogo warto się starać. Siła przyjdzie, a jak sama nie przyjdzie to my pomożemy



Joanna Zaremba

Założycielka
WowSchool.pl, szkoły
programowania i
przedsiębiorczości
dla dzieci i
młodzieży



Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Warto marzyć i warto próbować. Już jako mała dziewczynka często myślałam o tym jak będę oceniać moje życie z perspektywy starszej pani u kresu życia, i wiedziałam, że to czego na pewno nie chcę, to jako staruszka myśleć, że czegoś nie spróbowałam, nie zrobiłam ze strachu. Teraz podejmując niektóre decyzje, nadal wyobrażam sobie za kilkadziesiąt lat.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

Pomimo trudności i problemów z prowadzeniem biznesu na co dzień, parcie do przodu i chęć pokonania tych przeszkód, a nie rezygnacja.

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

Spełnienie i spokój ducha. Myślę, że najważniejsze to umieć cieszyć się tym co dla siebie wybraliśmy. Nie ważne czy zdecydujemy się zostać w domu i opiekować się dziećmi, założyć własny biznes czy pracować dla korporacji, jeżeli jest to nasz świadomy wybór i czujemy się spełnieni w roli jaką sobie wybraliśmy, uważam to za duży sukces.

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Nie bójmy się próbować, nawet jeżeli coś wstępnie wydaje się nam nie do osiągnięcia, przeraża nas. Nie pozwólmy by strach nas powstrzymał.

Złoto. Wartość od pokoleń

Moja złota droga



KAMILA BANAS

Jak zaczęła się moja przygoda ze złotem? To może opowiem o sobie od początku. Od kiedy sięgam pamięcią chciałam zostać nauczycielką. Po szkole podstawowej nic się nie zmieniło i kontynuowałam naukę w liceum ogólnokształcącym o profilu humanistycznym. To tutaj spotkałam na swojej drodze belfra z powołania rodem z "Buntownika z wyboru", polonistę z doskonałym podejściem do uczniów i takim to sposobem doprecyzowałam swoje dziecięce marzenia - od teraz chciałam zostać filologiem. Nic więc dziwnego, że znalazłam się na Uniwersytecie Gdańskim na studiach o kierunku filologiczno-historycznym. Równocześnie rozpoczęłam swoją ścieżkę zawodową, podjęłam pracę w salonie sprzedaży znanej marki jubilerskiej. To właśnie tutaj nastąpiło moje pierwsze spotkanie z metalami szlachetnymi. Praca dawała mi mnóstwo satysfakcji, polubiłam bycie w ciągłym kontakcie z klientami. Na studiach magisterskich rozpoczęłam praktyki nauczycielskie. Ku mojemu zaskoczeniu odkryłam, że to nie jest to, do czego dążyłam przez ostatnie lata. Zrozumiałam, że moje dziecięce marzenia o pracy idealnej zmieniły swój kurs. Choć miałam już w ręce dyplom magistra filologii polskiej nie umiałam rozstać się ze sprzedażą. Przez krótki czas starałam się pogodzić obie pasje - wygrało jednak złoto. Realizowałam się bowiem w branży jubilerskiej i właśnie z tym zaczęłam coraz to śmieiej wiązać swoją przyszłość zawodową.

Co w takim razie skłoniło mnie do kolejnych zmian? Zostałam mamą. To, jak bardzo nasze życie zmienia się wraz z pojawieniem dziecka nie muszę nikomu uświadamiać. Przewartościowałam swój świat, pierwsze pół roku życia mojej córeczki było dla mnie jedynym etatem - być

mamą. Bardzo szybko wróciłam do życia zawodowego i o dziwo dostrzegłam, że moja praca już nie dostarcza mi tyle satysfakcji co dotychczas, że pragnę czegoś więcej. Macierzyństwo bowiem dało mi odwagę, determinację i ogromne zorganizowanie czasu. Chciałam dalej się rozwijać, poszerzać swoje możliwości, zdobywać coraz to większe doświadczenie zawodowe. Zrozumiałam wówczas, że należy ciągle poszukiwać czegoś, co pozwoli nam się otwierać, nie pozostawać na dłużej w miejscu, gdzie wydaje nam się, że już nic więcej nie możemy się nauczyć. Świat biżuterii, szczególnie dla nas kobiet, jest obszarem niezwykle pociągającym ale także tutaj można popaść w monotonię. Postanowiłam wyznaczyć sobie w sprzedaży kolejne wyzwania. I tak właśnie rozpoczęłam pracę w Mennicy Wrocławskiej.

Dlaczego akurat taki wybór? Ponieważ chciałam kontynuować swoją przygodę z metalami szlachetnymi i udało mi się to doskonale. Prowadzę wraz z zespołem doradców gdański oddział przy ul. Heweliusza 12. Oddział otworzył się w nowej lokalizacji w kwietniu ubiegłego roku. Piękne wnętrza, dyskretne VIP-roomy, cudowna lokalizacja w centrum miasta. Ale to nie wszystko. W oddziale pracują doradcy, dla których praca w bezpośrednim kontakcie z klientem jest taką samą pasją jak dla mnie. I teraz dopiero zrozumiałam co dla mnie jest największym komfortem w pracy - pracować w zespole, których łączy wspólna pasja.

Czym zajmuję się na co dzień? Mennica Wrocławska to czołowy dystrybutor złota w Polsce, tak więc w naszych oddziałach można znaleźć złote monety oraz sztabki, srebrne monety bulionowe jak i produkty kolekcjonerskie, które doskonale nadają się na upominki. Dodatkowo prowadzimy skup metali szlachetnych.

Czy moje doświadczenie ze sprzedaży biżuterii przełożyło się w obecnej pracy? Na pewno znajomość standardu obsługi klienta tak, jednak pojęcie złota nabrało innego wymiaru. Teraz złoty kruszec traktuję jako lokatę swojego kapitału, zabezpieczenie przyszłości

mojej rodziny poprzez inwestowanie w metal, który przenosi swoją wartość w czasie. Mogłabym o tym opowiadać bez końca. Dla doświadczonego doradcy największym komfortem jest oferować produkt, w który samemu się wierzy a argumenty podawane są przez historię.

I to jest właśnie misja naszej firmy, aby jak największej liczbie osób uświadomić korzyści jakie niesie ze sobą posiadanie metali szlachetnych. Stąd też gorąco zapraszam do naszego oddziału, gdzie przy kawie będziemy mogli spokojnie opowiedzieć Państwu o naszych produktach.

Na koniec moje motto - nasze marzenia zmieniają się razem z nami, w zależności na jakim etapie życia jesteśmy. Najważniejsze aby stworzyć sobie komfort pracy, gdyż wiem jak w dzisiejszych czasach jest to trudne. Tego właśnie wszystkim życzę :)

Kamila Banaś ekspert ds. metali szlachetnych oraz doradca klienta gdańskiego oddziału Mennicy Wrocławskiej.



MENNICA
WROCLAWSKA
GRUPA GOLDENMARK



Światowe kolekcje sukien ślubnych prosto z Barcelony, Paryża, Nowego Yorku.
Yolan Cris, Rosa Clara, Atelier Pronovias, La Sposa,
Pronovias, White One, Cymbeline Paris, Sincerity, Justin Aleksander, Enzoani.

Nasze salony w Gdyni:

Celebrity BRIDAL Premium Dealer, ul. Wielkopolska 21, tel. 501-984-516

Celebrity Bridal Exclusive, ul. Wielkopolska 31, tel. 789-231-418

Outlet Celebrity Bridal, ul. Wielkopolska 26, tel. 780-008-771

www.celebritybridal.pl
www.celebritybridalexclusive.pl

Fatima Zblewska

Właścicielka Agencji Eventowej
VIP EVENT

Odwaga w biznesie?

To przede wszystkim słuchanie siebie, a nie doradców, nierzadko złych. To podążanie SWOJĄ ścieżką. Czasem są to pewne utarte sposoby i drogi, wyznaczone przez tzw. branżę, a czasem przecieranie zupełnie nowych szlaków. To nieustanne próby, obarczone większym lub mniejszym ryzykiem, przełamywanie schematów i burzenie stereotypów. Odwaga w biznesie to oswojenie lęku przed porażką.

Utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Nikt nie uszczęśliwi nas bardziej niż my sami. Jedni nazywają to egoizmem, inni dbaniem o własne interesy. Ja lubię mówić, iż pielęgnuję w sobie „zdrowy egoizm”, tzn. nie rezygnuję ze swoich marzeń, nie poświęcam całego życia innym i nie obarczam innych odpowiedzialnością za moje życie. Ewa Foley na ubiegłorocznym Festiwalu „Szczęście na Głowie” powiedziała bardzo fajną rzecz, którą każdy, ale to każdy powinien traktować jako swoją mantrę. Powiedziała: „Koniec z byle jakością!” Niby takie oczywiste, a jednak dla niektórych tak obce. Godzimy się na byle jaką pracę, byle jaki związek, byle jakie zarobki, czy na byle jakiego partnera... A czy to nam da prawdziwe szczęście? Nie sądzę. Może na krótką chwilę wypełni jakąś lukę w naszym życiu, ale koło szczęścia to nie stało. A potem tylko pretensje, żale... Ale do kogo? Przecież to TY zgodziłeś się na pracę, która Cię nie kręci. To TY zgodziłaś się na kolejne spotkania z partnerem, który od początku Ci nie odpowiada. To Ty zaakceptowałaś wynagrodzenie, które kompletnie Cię nie satysfakcjonuje! Ale skoro przyjmujesz taką kolej rzeczy z pokorą i bez słowa, to przepraszam, nie narzekaj potem, że Ci źle! Myślę, że można być jednocześnie szczęśliwą i spełnioną kobietą, żoną, matką i businesswoman. Wymaga to oczywiście pracy - mojej nad sobą, partnera nad sobą, naszej nad związkiem i naszej jako rodziny, ale jest jak najbardziej wykonalne.



Pojawiające się szanse/sytuacje biznesowe w pracy, jak i osobistym życiu...?

Życie i świat daje nam mnóstwo szans każdego dnia, jednak najczęściej ich nie dostrzegamy. Mówi się, że „pieniądze nie leżą na ulicy”, a ja twierdzę odwrotnie - są tam, tylko trzeba się po nie schylić. Niektórym wydaje się, że sukces spada innym z nieba, a nie domyślają się nawet ile czasu, pracy, wyrzeczeń, bólu, nieprzespanych nocy, czy właśnie wyłapywaniu szans rzeczywiście on ich kosztował. Dla mnie szansą jest każdy człowiek, którego spotykam na swej drodze, bo nigdy nie wiesz kim jest, jaką niesie za sobą historię, czego może Cię nauczyć, w czym pomóc, lub jaką lekcję życia od niego dostaniesz. Jak powiedział Jan Paweł II „Mądry jest ten, kto potrafi się uczyć od każdego napotkanego człowieka”.

Moje przesłanie dla innych kobiet (i nie tylko)?

Przestańcie w kółko zastanawiać się „co ludzie powiedzą?” albo „Jak to będzie odebrane przez innych?”. To Wasze życie więc przeżyjcie je tak, jak WY chcecie. Waszym zadaniem nie jest uszczęśliwianie wszystkich wokół. Nie musisz zgadzać się na coś, co budzi Twój sprzeciw, ale naucz się też o tym mówić. Nikt nie siedzi w Twojej głowie i nie ma obowiązku się domyślić. Rozmawiajmy ze sobą - więcej i w realu, nie za pomocą internetu. Bo nawet wymyślne „buźki” na czacie, nie są w stanie oddać naszych prawdziwych emocji, uśmiechu, czy entuzjazmu... :)



Agata Szymańska

Z życia kobiety dojrzałej - życie po 40-stce

Właśnie przekroczyłaś magiczną granicę - skończyłaś 40 lat, piękna cyfra. Słyszałaś milion razy, że życie dla kobiety zaczyna się po 40-stce, że dopiero teraz zaczyna smakować uroki życia, że zaczyna spijać śmietankę z katorżniczej do tej pory pracy w życiu zawodowym i osobistym, że seks inaczej smakuje, że ma większą świadomość własnego ciała, etc.

Ale nie ma nic za darmo, o nie!

Jeśli urodziłaś dziecko lub więcej pomiędzy 20 a 30 rokiem swojego życia, z naciskiem na okolice 20, ponadto zrobiłaś w tym czasie wspaniałą karierę zawodową, zamiennie: rozkręciłaś własny biznes na tyle, że teraz hula jak złoto, i klienci pakują się drzwiami i oknami- to tak. To faktycznie Twoje życie może teraz nabrać innego wymiaru i smaku, bo masz samodzielne dzieci, które w dodatku zabezpieczyłaś finansowo i sama siebie również. Ewentualnie jako wisienkę na torcie dodajmy tu udane życie w związku, hmmm.... jakimkolwiek, ale związane ze sfera uczuć, jakże delikatną. Pełnia szczęścia! teraz świat stoi przed Tobą otworem wiec hulaj dusza! jakże słodko, prawda? nie? to o ciebie chodzi?

W takim razie spróbujmy inaczej:

Masz 40-stkę na karku, ciągniesz za sobą walizy naładowane doświadczeniami życiowymi, jedne ciężkie jak wagony z węglem, inne lżejsze, ale tylko trochę. Jakby do nich zajrzeć to trafisz na takie banały jak: trudny rozwód, z 15 przeprowadzek, w tym takich gdzie swój dobytek życiowy

ciągniesz przez pół kraju w tą i z powrotem, starania o urodzenie dziecka, zaprzestanie tychże starań, kłopoty ze zdrowiem, wychowywanie dwójki nastolatków swojego nowego partnera z poprzedniego związku (są przy nim non stop a nie na weekendy), starania o jak najlepszą pozycję zawodową z różnymi skutkami, raczej marnymi. Czyli taki standard, co parę lat rewolucja w życiu. To ty? no to witaj w klubie:)

No i tak: wyszłaś za mąż z wielkiej młodszej miłości, żyłaś w ułudzie, wydawało ci się, że życie jakie prowadzisz jest takie jak być powinno, twój mąż myślał trochę inaczej ale nie wiedział jak to wyartykułować, więc tylko wysyłał sygnały, których nie odczytywałaś, no jak? On sobie o czymś pomyślał a ty tego nie odczytałaś? O niemądra ty!

A on sobie coraz częściej tak myślał, jednakowoż korzystając z uroków życia rodzinnego coraz lepiej mu było, bo ty przecież nawet byś nie śmiała pomyśleć, że twój najukochańszy może prowadzić życie tzw. drugie. No jak. Przecież był szyczą w firmie, musiał często wyjeżdżać na szkolenia, (na początku jeździłaś z nim, a potem była redukcja kosztów), znałaś sekretarkę, i wiedziałaś, że taka totalnie nijaka osoba to jest poza jego kręgiem zainteresowań, skoro ty jesteś osobą przebojową i pełną życia, to taka szara myszka, która podaje rękę na powitanie jak szmatę, nie może być w kręgu jego zainteresowań. Hahahahahaha, i jak bardzo się pomyliłaś i przede wszystkim zdziwiłaś Jak się okazało, że ta szara myszka postanowiła nim zawładnąć i jej się to udało ...

No i co dalej?

Jesteś w czarnej dziurze. Delikatnie to określając. Usłyszałaś

na swój temat niezwykle „budujące” i interesujące rzeczy, które pokazały, że żyliście razem kupę lat ale jednak osobno. Że on się dusi w związku. Czyżbyś miała za silną osobowość? Teraz czujesz, że jesteś jej pozbawiona całkowicie. Podejmujesz walkę, bo wydają ci się, że to jednak jakaś jego przejściowa słabość. Ale znasz go na wylot i wiesz doskonale, że jak podjął decyzję to po trupach do celu. Jednak tli się w tobie ogień nadziei na jego opamiętanie się. Po paru latach dopiero będziesz wiedziała, że byłaś głupia. No ale jak toniesz to chwytasz się czegośkolwiek. Znasz ten stan jak spokojnie sobie pływasz z równym oddechem i nagle jakaś niespodziewana fala zalewa ci twarz, wlewa się do oczu, nosa i gardła? Tracisz powietrze, instynktownie łapiesz wszystko co masz w zasięgu i próbujesz się ratować? No, to takie mniej więcej doznania jak przy oświadczeniu twojego ukochanego, że musi zmienić swoje życie bo się dusi.

No więc wychodzi popołudniami z domu, tak żeby być o 16 pod biurem, on aktualnie nie pracuje, więc ma dużo czasu. Zanim wyjdzie z domu to oczywiście kąpiel, golenie, pachnienie, etc. Więc wieczory masz wolne a nawet czasem trafiają się całe noce. Ale mogłabyś ten czas wykorzystać! A ty co robisz? Kupujesz Sobieskiego i dwa granaty, do tego fajki i wsiadasz w tramwaj i jedziesz na Powiśle do przyjaciółki. Najlepszej. I też doświadczonej



przez życie. I po 40 -stce, bo ty w tym momencie do niej dopiero dobijasz. Tylko to możesz aktualnie robić, tylko na to cię stać.

Wypłakujesz się jej w mankiet, dołącza do was jeszcze jedna w depresji, i taki wieczór co wieczór. Ale wtedy sobie myślisz – jak cudownie mieć takich przyjaciół! Tak, bo masz jeszcze przyjaciela – płęć męska. Jednak nie wszyscy faceci to świnię.

Jak dzwonisz po taxi, to już wiedzą jaki kurs. A Ty znasz stawkę. Wracasz do pustego mieszkania. I czasem idziesz spać a czasem czekasz wraca nad ranem. Ukradkiem wyciąga obrączkę z kieszeni i zakłada na palec. Właściwie po co ta szopka? Czemu to ma służyć? Nie wiesz tego do dziś. Skoro powiedział co jest grane to po jakiego grzyba zachowuje pozory?

Rano idziesz po zakupy na obiad, gotujesz. Po co? skoro do tej pory nie robiłaś tego zbyt często? Ano karmisz się



tą swoją nadzieją. I oczywiście gotujesz nie dla siebie tylko dla niego. Może to pomoże? Czasem zje, czasem nie bo się śpieszy.

Ale to wszystko beznadziejnie wygląda! Co dalej będzie? Na razie walczysz Nie wiesz w którym kierunku się obrócić. Kompletna pustka!

Oczywiście wysłuchujesz różne dobre rady, które akurat w tym momencie spływają po tobie jak woda po kaczkę. Albo po gęsi. Też ci to obojętne, bo jedno z czym się aktualnie możesz utożsamić to błotna kałuża.

Oczywiście idziesz do wróżki, a jakżeby inaczej! A właściwie do wróża znanego na mieście. Odbywasz kilka wizyt, pomagają owszem, ale na chwilę. Co prawda słyszysz parę rzeczy na swój temat, które bardzo Ci odpowiadają, jak np. to, że Twoja cyfra w numerologii to 11, czyli mistrzowska. Że jesteś bardzo atrakcyjną kobietą, która przechodzi przejściowe kłopoty. Że wszystko dobrze się ułoży zanim się obejrzysz.

Ale jedna rzecz w tej sytuacji ci nie pasuje, otóż wróż mówi, że nie pasujecie do siebie z aktualnym powodem twoich kłopotów. Oraz że życie szczęśliwe sobie ułożysz, ale nie z nim. Hmmmmmm, a ty cały czas kombinujesz co zrobić żeby się odkochał, oraz oczywiście widzisz swoją szczęśliwą przyszłość tylko i wyłącznie u jego boku

Pewnego cudownego letniego wieczora, którego uroku w swoim stanie nie dostrzegasz, siedzisz nad jeziorem na Mazurach, gdzie wybrałyście się oczywiście wszystkie trzy przyjaciółki, dwie pogrążone w depresji. Spędzacie czas na samo terapii, i właśnie dwie depresje siedzą sobie na drewnianych schodkach, popłakują, i jedna mówi do drugiej:

„Wiesz, nawet ja ci teraz wydaje, że nie masz przed sobą żadnej przyszłości, i że już nigdy w życiu nie spotkasz miłości to ja jako bardziej doświadczona zapewniam cię, że tak nie będzie. Bo miłość czeka, tylko sama jeszcze o tym nie wie. I zobaczysz, spotkamy się za parę lat i będziemy wspominać ten dzisiejszy wieczór, który nas nie cieszy, i te słowa które ci mówię.”

Te słowa były skierowane właśnie do ciebie, i nie powiesz, żeby cię porwały w tamtej chwili, ale zostały w twojej głowie i sercu na długo, a raczej na zawsze :)

Wszelkie podobieństwo osób i sytuacji jest absolutnie przypadkowe.

Autor: Agata Szymańska

Obudź w sobie SHERO



JOANNA STOPYRA

Drogie Kobiety,

W tym wyjątkowym, bo pierwszym numerze tego magazynu, który w dodatku ma premierę 8 marca, chcę Was zachęcić do tego, żebyście włączyły się do gry. Czyli odważnie, z pewnością siebie, swoich kompetencji aktywnie uczestniczyły w biznesie.

Dlaczego o tym właśnie piszę?

Z kilku powodów.

Po pierwsze, pracuję z kobietami i dla kobiet, zajmując się działaniami z zakresu Personal PR i widzę na co dzień, jak wiele z nas – pomimo ogromnego doświadczenia, sukcesów na koncie, imponującej wiedzy – zastanawia się, czy na pewno ma coś ciekawego do powiedzenia. Czy powinnam zgłosić swoją prelekcję na tę konferencję? Czy wypada, żebym to ja reprezentowała firmę? Co powiedzą inni, szef, koledzy i koleżanki z pracy? Brzmi znajomo?

Po drugie, ekspert w Polsce jest płci męskiej. Dobitnie pokazało to badanie Gazety Wyborczej, która w 2013 roku, nomen omen w Dniu Kobiet, opublikowała wyniki swojego monitoringu głównych polskich mediów pod kątem ekspozycji kobiet i mężczyzn w roli ekspertów. Niestety powiało grozą. Od 18 do 24 lutego 2013 roku w tych mediach pojawiło się 9221 osób. Kobiet wśród nich było 2151, czyli 23%.

Tymczasem - współczesne kobiety są lepiej wykształcone



niż mężczyźni i stawiają na ciągłą edukację – są głównymi beneficjentkami wszelkich kongresów, konferencji i szkoleń.

Po trzecie, jak pokazują badania, zmiany kulturowo – społeczne, jakich doświadczamy obecnie, wykształciły nową personą – SHERO. Silną, świadomą i pewną siebie kobietę, która wie czego chce i wie czego na pewno nie chce. Mówi o tym wprost i na głos. Widać to coraz bardziej w reklamie, ale także w biznesie.

Drogie kobiety – czy macie świadomość tego, że jesteście SHERO?

Że żyjemy w czasach, w których hasło chcieć to móc – jest wyjątkowo realne – a szklany sufit to cienka błona, która z roku na rok kurczy się i zanika? Rozejrzyjcie się wokół siebie, zobaczcie z kim dzielicie życie, czy Wasz partner jest dla Was wsparciem i daje Wam siłę do tego, żebyście mogły się realizować? Czy wykorzystujecie zasoby, jakie macie na wyciągnięcie ręki? Czy dbacie o Wasz networking i o Wasze miejsce przy stole?

Joanna Stopyra – psycholog społeczny, trener biznesu, właściciel firmy Beauty Management PR & Marketing to Women. www.beautymanagement.co



Moda i Ty – świadome budowanie własnego wizerunku



AUTOR: MONIKA SAŁAPAT, ZAŁOŻYCIELKA
MARKI ODZIEŻOWEJ BONANZA STYLE

Moda szeroko pojęta to nie tylko sposób ubieranie się i umiejętność odpowiedniego zestawiania poszczególnych części garderoby. Moda to bardzo często uzewnętrznienie naszej tożsamości, a także bezpośrednia wizytówka w kontaktach niewerbalnych. Jak odnaleźć się w tym świecie, przepelnionym różnorodnymi możliwościami i zbudować swój prawdziwy oraz konsekwentny wizerunek?

Być może na co dzień nie zastanawiamy się skąd się biorą nasze upodobania modowe, a już na pewno nie w momencie kiedy stajemy przed szafą przepelnioną niezbyt przemyślanymi zakupami. A do tego czas nagli i mamy go niewiele, aby szybko skompletować zestaw, który ma nam często towarzyszyć przez cały dzień. Prawdopodobnie też, ubrani w przypadkowe elementy garderoby nie zdajemy sobie sprawy jak mocny i trwały przekaz wysyłamy światu, pozostawiając po sobie niekiedy niezbyt fortunne „pierwsze wrażenie”.

„Twoje ubrania decydują o tym, jak widzi cię świat, zwłaszcza dziś, gdy kontakty międzyludzkie są tak szybkie. Moda jest błyskawicznym językiem.” Miuccia Prada



Ubiór ma ogromny wpływ na człowieka. W niezwykle trafny sposób określa nasze podejście do siebie i świata. Zdradza nasz charakter, emocje, jest swoistym obrazem nas samych, przesyconym cechami określającymi naszą tożsamość. Człowiek jako istota społeczna, pozostaje też pod silnym wpływem sytuacji i zdarzeń, które w jakiś sposób wpływają na niego. Tendencje modowe są dosyć wyraźnie zaznaczone w poszczególnych epokach, gdzie ogromne znaczenie dla ludzi odgrywały wydarzenia historyczne. Tak więc w dobie baroku, głównym wyznacznikiem był przepych spowodowany wzbogaceniem się społeczeństwa zyskami z kolonii. Zupełnie inne postrzeganie cielesności charakteryzowało średniowiecze, gdzie ludzkie wybory i zachowania determinowała duchowość i bogate życie religijne.

Nasze czasy nie są tak radykalnie naznaczone wielkimi zmianami historycznymi, a co za tym idzie mamy dowolność w wyrażaniu siebie poprzez ubiór. Czerpiemy inspiracje z minionej mody, chwilowych trendów, własnych upodobań, czy środowiskowych ram. Podkreślamy swoją przynależność do różnych subkultur, charakterystycznymi dla niej elementami.

Mamy nieograniczone możliwości w kreowaniu własnego, niepowtarzalnego stylu, który będzie odzwierciedlał nas i nasze wartości. Nie mniej jednak, im więcej dróg, tym łatwiej się zgubić. Zatracić siebie podążając śladem cudzych map i wytycznych. Dążyć ślepo za drogowskazem, który nie koniecznie poprowadzi nas tam gdzie tego naprawdę chcemy. Bo moda i styl tak samo jak nasze życiowe wartości i to wszystko co nam w duszy gra, wypływa z nas - jako odrębnych i niepowtarzalnych jednostek! Uzupełnia nas i daje prawidłowy przekaz jeśli jest zachowana harmonia. To co wewnątrz - wypływa na zewnątrz.

„Moda nie istnieje wyłącznie w ubiorach. Moda jest na niebie, na ulicy, moda to idee, sposób życia, wszystko to, co się dzieje.” Coco Chanel

Jak więc, w oparciu o powyższe wnioski zbudować autentyczny wizerunek nas samych, dzięki któremu będziemy mogli komunikować się ze światem? Aby stworzyć spójny i jednoznaczny przekaz, a tym samym zbudować swoją wiarygodność w oczach innych, musimy najpierw dostrzec ją w sobie. Moda ma sens tylko wtedy, kiedy akceptujemy siebie, swoje plusy i minusy, żyjemy w zgodzie własnymi wartościami i po prostu lubimy siebie takimi jakimi jesteśmy. Z takim nastawieniem dobieramy strój, który nie tylko nam sprzyja, ale także idealnie współgra z naszą osobowością, tworząc idealną, pełną całość. Moda powinna stanowić tło, które akcentuje i wydobywa na powierzchnię to czego nie zdążymy powiedzieć lub dopowiedzieć. Ktoś kiedyś trafnie to ujął w słowach „co nie dopowiem to dowyglądam”. Szybkie tempo życia dodatkowo generuje specyficzne medium, za pomocą którego komunikujemy się ze światem, czyli cały zewnętrzny (wizualny) przekaz, w który się przystrajamy. Tak więc ubranie może nam posłużyć zarówno jako silna oręż, jak i maskę, za którą się chowamy. To od nas zależy,

którą formę prezentujemy światu i czy naprawdę chcemy być tak odbierani.

„Możesz mieć w życiu wszystko czego zapragniesz, jeśli ubierzesz się odpowiednio.”

Edith Head

Nie ma nic złego w podążaniu za aktualną modą, nie mniej jednak warto postawić na budowanie własnego wizerunku w oparciu o indywidualne potrzeby estetyczne, praktyczne, ale też emocjonalne (ciepło, bliskość, otulenie, akceptacja). Twoje potrzeby są częścią ciebie i odruchowo dążysz do ich zaspokojenia, w dużej mierze za pomocą ubrań. Warto więc zrobić research swojej szafy, w celu lepszego poznania siebie. To pozwala uświadomić sobie własne wybory, tłumaczy je, daje jasność i spokój, a to pociąga za sobą akceptację i uznanie siebie. Znajomość własnych wyborów poszerza samoświadomość i daje otwartość na świat. Sposób w jaki prezentujemy się światu podlega tylko i wyłącznie naszym zabiegom, co daje nam świadomość sprawczości i nieograniczonych możliwości w kształtowaniu naszego życia. Jeśli więc wszystko to co myślimy o sobie, uzewnętrzniamy za pomocą własnego wizerunku, to czy w sytuacji odwrotnej - kiedy ubieramy się jak osoba, którą chcemy się stać - mamy wpływ na siebie? Zdecydowanie tak! Człowiek wyrabia swoje nawyki za pomocą obrazów i doznań emocjonalnych. Dlaczego więc nie posłużyć się modą, w celu zbudowania swojej wewnętrznej siły? To moda jest dla nas, nie my dla mody. Jeśli zadasz sobie pytanie kim chcesz być i jakie przesłanie chcesz komunikować światu - będziesz na dobrej drodze do realizacji siebie w sposób harmonijny i zgodny z sobą. Jakie jest więc Twoje wyobrażenie na temat najlepszej wersji samej siebie? Jaka chcesz być i co dzięki temu chcesz osiągnąć? Eksperymentuj, poszukuj, a odnajdziesz siebie. Moda jest taką dziedziną, która na to pozwala.

Powyższe spostrzeżenia są poparte moją własną praktyką i umiejętnością wnikliwej analizy ludzkich zachowań. Jestem właścicielką marki odzieżowej Bonanza Style i jednocześnie kreatorem stylu jaki reprezentuje. Spotykam na co dzień osoby, które poza zwykłymi zakupami chcą czegoś więcej. Poza kolekcją, którą oferuję w standardowych rozmiarach i unikalnych fasonach, proponuję również możliwość uszycia modelu na indywidualne potrzeby klientki. Są takie, które dokonują wyboru garderoby, sugerując się własnymi przekonaniem o sobie, często nieuzasadnionymi. Obserwuję to. Mam świadomość tego,





Marka jest kobietą



KOBIETY NA FALI



- WASZE WARTOŚCI- SIŁA KOBIECOŚCI



Katarzyna Zawadzka

Brand menedżer i prezes marki Hexeline



Przekonałam się / utwierdziłam w przekonaniu, że w życiu?

Nic nie jest na zawsze, nic nie jest na pewno. Równowaga zawsze jest zachowana - czy tego chcemy czy nie.

Odwaga w biznesie. Rozumiem ją tak, że?

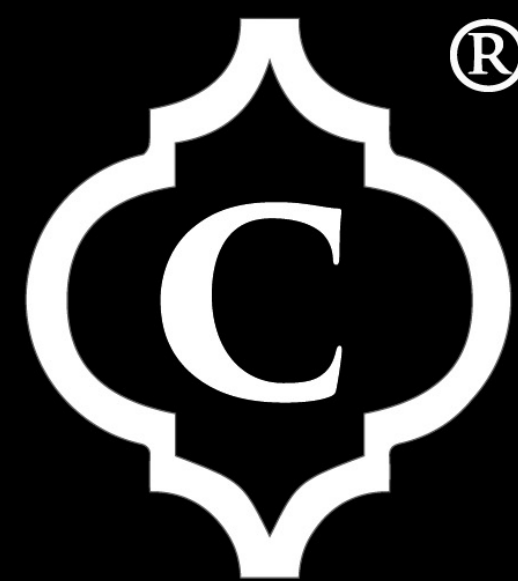
Niczym nie różni się od odwagi dnia codziennego. To gotowość stawiania czoła trudnym sytuacjom, ale również podejmowanie ryzyka

Czym jest dla mnie, jak rozumiem słowo sukces?

Poczucie spełnienia

Moje przesłanie dla innych kobiet?

Żyć własnym życiem, nie życiem innych. Nie poddawać ocenie wyborów innych osób i ich sposobu życia.



CAROLINE'S DESIGN
KAROLINA ŁUCZYŃSKA

*Projektujemy wnętrza
na miarę marzeń...*

PIKA

made for you

Bo jesteś wyjątkowa!



www.pika.com.pl

23 KWIETNIA 2016

STARY MANEŻ
GDAŃSK



ORGANIZATOR



III FESTIWAL CHARYTATYWNO - ROZWOJOWY

PRZEPIS NA SZCZĘŚCIE



KATARZYNA
FIGURA

KS. JAN
KACZKOWSKI

EWA
FOLEY

PAWEŁ JAN
MRÓZ

ANGELINA
PIECHOWSKA

ARTUR
WIKIERA

MAGDALENA
MALICKA

GRZEGORZ
KORDEK

ADELA
WARAĆ

WWW.SZCZESCIEENAGLOWIE.PL



Tel: 793-300-238
www.gordonblackler.com





MARKA JEST KOBIETĄ

