



Lideruj Sp. z o.o.

★★★★★ 5,0 / 5

368 ocen

Mistrz Produktywności

Numer usługi 2025/08/28/29965/2967856

📍 Nowy Sącz / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 14 h

📅 06.09.2025 do 07.09.2025

1 260,00 PLN brutto

1 260,00 PLN netto

90,00 PLN brutto/h

90,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Zarządzanie przedsiębiorstwem
Identyfikatory projektów	Małopolski Pociąg do kariery
Grupa docelowa usługi	Szkolenie z produktywności i zarządzania czasem oraz podstaw sprzedaży dla pracowników i właścicieli firm. Usługa skierowana do uczestników programu Małopolski pociąg do kariery oraz Nowy start w Małopolsce z EURESem .
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	1
Data zakończenia rekrutacji	05-09-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	14
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest zapoznanie uczestników z metodami zarządzania czasem, zwiększania produktywności osobistej i zespołowej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Diagnostuje własne błędy i wyzwania w zarządzaniu czasem	Wypisuje min. 3 błędy w zarządzaniu czasem, które dotyczą jego sytuacji zawodowej	Wywiad swobodny
Charakteryzuje techniki planowania i ustalania priorytetów (m.in. Eisenhower, ABC, ALPEN, Pomodoro)	Prawidłowo opisuje zasady działania min. 2 z wymienionych technik	Wywiad swobodny
Planuje działania z użyciem poznanych narzędzi (harmonogram, lista priorytetów, action plan)	Tworzy własny harmonogram dnia z zastosowaniem przynajmniej jednej technik	Wywiad swobodny
Rozróżnia destrukторы i nawyki obniżające produktywność	Wskazuje co najmniej 2 indywidualne destrukторы oraz sposoby ich eliminacji	Wywiad swobodny
Formułuje cele zgodnie z zasadą SMART i kołem życia	Tworzy 1–2 cele SMART oraz nanosi priorytety na model koła życia	Wywiad swobodny
Uzasadnia znaczenie work-life balance i równowagi energetycznej w produktywności	Opisuje skutki braku równowagi i proponuje działania wspierające regenerację	Wywiad swobodny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

TAK

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

TAK

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

TAK

Program

Szkolenie „Mistrz Produktywności – zarządzanie sobą w czasie i efektywność osobista” skierowane jest do właścicieli firm, pracowników oraz osób planujących rozwijać kompetencje związane z organizacją pracy, ustalaniem priorytetów i skutecznym planowaniem działań zawodowych i osobistych. Program łączy wiedzę z zakresu psychologii produktywności, zarządzania sobą w czasie oraz narzędzi

planowania. Uczestnicy zdobędą wiedzę i umiejętności pozwalające poprawić efektywność, ograniczyć „pożeracze czasu” i budować codzienny plan działania dopasowany do własnych rytmów koncentracji.

Uczestnicy:

- poznają techniki zarządzania czasem (Eisenhower, ABC, ALPEN, Pomodoro),
- wykonają autodiagnozę stylu pracy,
- nauczą się formułować cele metodą SMART i wykorzystywać koło życia,
- zbudują własny harmonogram dnia i tygodnia,
- zidentyfikują własne „pożeracze czasu” i sposoby ich eliminacji,
- zrozumieją zależność między energią, motywacją i efektywnością.

Szkolenie trwa 14 godziny dydaktycznych

1 godzina dydaktyczna = 45 minut

Zajęcia będą odbywały się bez podziału na grupy.

Przerwy nie są wliczone w czas trwania szkolenia, mogą ulec zmianie w zależności od tempa pracy.

Każdy uczestnik otrzyma potrzebne do pracy materiały.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 1

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 1 Moduł 1	Nikodem Zegzda	06-09-2025	08:00	11:00	03:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 260,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 260,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	90,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	90,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Nikodem Zegzda

Sprzedaż, obsługa klienta, zarządzanie, coaching biznesowy.
Certyfikowany trener (Wszechnica UJ) i coach (Grupa SET).

Założyciel firmy Lideruj Sp. z o.o, której misją jest inspirowanie do doskonałości ludzi i organizacje.
Współtworzyłem i był pierwszym prezesem grupy BNI Sandecja, zrzeszającej przedsiębiorców MŚP.

Tworzy autorskie programy rozwojowe. Jestem przekąźnikiem najlepszych praktyk rynkowych świata biznesu i nauki. Przeprowadził kilkadziesiąt warsztatów, szkoleń i seminariów, w których uczestniczyły tysiące osób. Pomaga również poprzez coaching, doradztwo i indywidualne konsultacje. Specjalizuje się w obszarach związanych ze sprzedażą, marketingiem, zarządzaniem i przemawianiem publicznym.

Z jego usług korzystają właściciele, zarządy, managerowie i pracownicy dużych marek, ale przede wszystkim małych i średnich przedsiębiorstw. Jego projekty można śledzić na stronie www.lideruj.pl oraz w serwisach społecznościowych.

Wyższe. dodatkowo certyfikaty: Certyfikowany trener (Wszechnica UJ), coach (Grupa SET), doradca zawodowy (Humaneo) i inne.

Właściciel firmy szkoleniowo- doradczej. Od 2017 roku certyfikowany trener. Wcześniej, od 2007 roku zdobywał doświadczenie w prowadzeniu zespołów sprzedażowych, także w ramach własnych działalności gospodarczych. Ponad 1000 przeprowadzonych godzin szkoleniowych, w tym także dla szeregu firm MŚP oraz dużych firm.

Doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat temu.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Po szkoleniu każdy uczestnik otrzymuje certyfikat.

Każdy uczestnik otrzymuje skrypt.

Szkolenie trwa 14 godzin dydaktycznych

Szkolenie odbywa się w godzinach dydaktycznych (45 minut).

Usługa szkoleniowa jest zwolniona z VAT ze zgodnie z podstawą prawną: Stosownie do treści § 3 ust. 1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 roku w sprawie zwolnień od podatku towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień zwolnione od podatku od towarów i usług są usługi kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego, finansowane w co najmniej 70% ze środków publicznych, oraz świadczenie usług i dostawa towarów ściśle z tymi usługami związane.

Warunki uczestnictwa

Szkolenie skierowane jest dla przedsiębiorców, właścicieli oraz pracowników.

Zapisując się na usługę wyrażasz zgodę na rejestrowanie/nagrywanie swojego wizerunku na potrzeby monitoringu, kontroli oraz w celu utrwalenia efektów uczenia się.

Cena usługi rozwojowej nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności koszty środków trwałych przekazywanych przedsiębiorcom lub ich pracownikom, koszty dojazdu i zakwaterowania.

Karta niniejszej usługi rozwojowej została przygotowana zgodnie z obowiązującym Regulaminem Bazy Usług Rozwojowych, w tym m.in. w zakresie powierzania usług.

Informacje dodatkowe

Szkolenie trwa 13 godzin dydaktycznych

Szkolenie odbywa się w godzinach dydaktycznych (45 minut).

Usługa szkoleniowa jest zwolniona z VAT ze zgodnie z podstawą prawną: Stosownie do treści § 3 ust. 1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 roku w sprawie zwolnień od podatku towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień zwolnione od podatku od towarów i usług są usługi kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego, finansowane w co najmniej 70% ze środków publicznych, oraz świadczenie usług i dostawa towarów ściśle z tymi usługami związane.

Zawarto umowę z WUP Kraków na rozliczanie Usług z wykorzystaniem elektronicznych bonów szkoleniowych w ramach projektu „Małopolski pociąg do kariery – sezon 1” i/lub „Nowy start w Małopolsce z EURESem

Adres

ul. Grunwaldzka 17
33-300 Nowy Sącz
woj. małopolskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Michał Laskosz

E-mail m.laskosz@medi-comp.pl

Telefon (+48) 513 057 913