

Sebastian Bieganik

sebastian.bieganik@gmail.com

(+48) 888 572 527

PRESS

GG
VISUAL
IDENTITY

A

R
SOCIAL
MEDIA
F

I
BOOKS

X
MOTION

PRESS

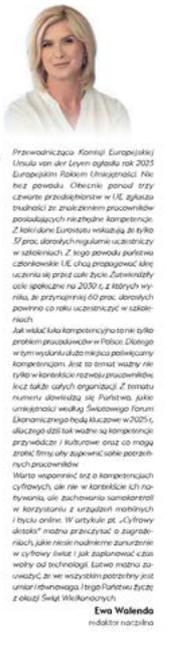
PRESS

PRESS

PRESS

PRESS

PRESS



6 Z BRANŻY
Aktualności
OPINIE
8 Czy dział HR potrafi wykorzystać techniki marketingowe do promocji projektów personalnych?
Katarzyna Ciołka, Paweł Dudziak, Anna Falkowska, Kamila Kłobczyńska

WYWIAD
12 Wspólnie zmieniamy przyszłość
Katarzyna Ciołka, Paweł Dudziak, Anna Falkowska, Kamila Kłobczyńska

ZARZĄDZANIE
40 Cyfrowy detoks
Dariusz Świątek

44 Profesjonalizacja firm rodzinnych (I)
Marta Górecka

49 Z pola walki do gospodarki
Jak osiągnąć sukces biznesowy, wykorzystując strategię defensywną w gospodarce?
Niki Kozłowski

WYWIAD
54 Nie bądź manakiem wydajności
Katarzyna Ciołka, Paweł Dudziak, Anna Falkowska, Kamila Kłobczyńska

PERSONEL
58 Strategii czy strażak?
Jakie kompetencje powinien posiadać wybrany HR Business Partner?
Anna Włodarczyk

66 Career mobility w trudnej zmianie
W jaki sposób firma może przyciągnąć pracowników?
Agnieszka Jagalska

TEMAT NUMERU

Kompetencje na nowe czasy

- 18 **Garnitur kompetencji**
Jakich umiejętności będą wymagały firmy od pracowników przyszłości?
Aldona Kucner
- 26 **Kompetencje liderów przyszłości**
Czyli: odpowiadaj, skutecznie, harmonijnie...
Nadja Krowiec, Marcin Krowiec
- 30 **Empatyczne dostrzeżenie**
Dlaczego rozwinięcie kompetencji miękkich i twardych jest dziś tak ważne?
Aleksandra Jankowska, Kamila Lubkiewicz
- 34 **Zaspinywanie luk kompetencyjnych**
Co mogą zrobić firmy, aby zapewnić sobie potrzebnych pracowników?
Nadja Krowiec

- EKSPERT RADZI**
72 Wielowymiarowe spojrzenie na kompetencje
Czyli: multi-competence perspective on competences
Dorota Jurysta
- PRAWO**
78 Monitorowanie zdrowia pracowników (I)
Administracyjno-uczuciowe aspekty badań medycznych
Andrzej Heccelewicz
- STUDIUM PRZYPADKU**
83 Decyzje przy wstrząsie kariery
Kultura empowerment
Wioletta Górecka, Elżbieta Rosta, Alina Włodarczyk
- PO GODZINACH**
88 Przegadaj mełdę z zagranicą
Marta Górecka
- 92 Sienki HR in English (part II)
Twe momenty
Izabela Senek, Czesława
- 96

Wieloletni praktyk i ekspert w dziedzinie HR...
Paweł Dudziak
Główny HR Business Partner

Do skutecznego celu marketingowego działu HR mogłoby być zmontowane trzecie zestawienie najważniejszych kompetencji przyszłości, które doprowadzi do syntezy, w której tożsamość i udział działu HR w ich własnych projektach.

new

Hybrid Work Week

Nawet jeśli wolisz integrację

Taki gdzie chcemy pracować?

Pracownicy w Polsce to pezmicy

Kompetencje cyfrowe w cenie

TEMAT NUMERU

Kompetencje na nowe czasy

Garnitur kompetencji

Jakich umiejętności będą wymagały firmy od pracowników przyszłości?

Liczy się bezwzględnie! Dane wskazują, że trzy czwarte europejskich przedsiębiorstw nie może znaleźć pracowników o odpowiednich kwalifikacjach. Połowa pracujących Europejczyków wymaga szybkiego przekwalifikowania, podczas gdy tylko 37 proc. regularnie się szkoli. Co to znaczy oznacza pracując na starym kontynencie nie ma podstawowych umiejętności cyfrowych, choć konkurencyjność i rozwój gospodarki będzie opierać się właśnie na nich. Starzejąc się i osypała Europa musi szybko zmienić swoją politykę, by nie stracić pozycji, którą wypracowały setki wcześniejszych pokoleń. Czy firmy będą umiały poradzić sobie z nową rzeczywistością?

Aldona Kucner
Trener i doradca w obszarze marketingu innowacji i przedsiębiorczości z trzypięcioletnim doświadczeniem w biznesie. Od 2007 r. prowadzi firmę A&B Communication, Focuso Managementory, Goryllnet, Treningi Zarządzania Thomas Valley University, Prowadzi blog kulturowy i edukacyjny „Antonia i Agnieszka. Przekazywanie wiedzy”.
Lubsk, z wyjątkiem profesjonalistów

personalizacja 4/2023



lay-out

SENNIK HR IN ENGLISH 1

Time management

Can you be more organized?

Remove, hybrid or stationary work – regardless of the form, it seems that we have less and less time, and more and more responsibilities. Is working more than 8 hours a day the only solution? Fortunately, using just a few techniques will help us to work shorter and more effectively.

ADORE YOUR SCHEDULE
(To) schedule /sɪ'dju:li/ - as a noun it's a timetable of sorts that allows us to grasp the timebound reality, but you can also use this word as a verb 'to schedule', e.g. 'I'd like to schedule an appointment after 3 PM'. The most important thing to do when it comes to managing your time available during your working hours, but also privately, is to have a schedule. If you are still thinking about ordering a paper 'company calendar', to basically a paper schedule with your company's logo on top, just take a minute and think if the 90s are knocking at your door. I'm guilty as charged for taking them once a year, but only as a form of laid-off given to me in the street.

As you might already know, the online schedules are far superior to the paper ones. Cloud syncing, sharing on multiple devices, adding colors, pictures, links and references are far better than highlighting a note written with a pen. Even the simple Google Calendar from my leatherbound schedule as you really must start using it. During your working hours I recommend introducing 'speedy meeting', a feature predominantly known from the aforementioned Google Calendar that allows you to spend things up and finish 30 minute meetings 5 minutes earlier and 60 minute meetings 10 minutes earlier. This will allow you to rest your eyes, grab a coffee and most importantly go to the bathroom before the next scheduled meeting.

One short note on the meetings – no agenda, no meeting! A bit harsh, but just take a gander at all of the meetings you've had that could have been replaced with an email. If your power doesn't reach so far in the company hierarchy to cherry pick meetings, just ask to take a glimpse at the agenda and it should magically appear.

personalizacja 4/2023

I'd like to share with you a total hobby horse of mine – time management, because as one might presume, combining a full time of a job with extra curricular activities of podcasting and occasional "business stand-up" at numerous conferences, might be a bit too much to do for one person. Not being snowed under all the projects I do is possible mostly because of being on top of the game thanks to the intricate knowledge of time management techniques, however I'm not Dr. Jebrangoon The Flash and all the techniques I try to facilitate can be easily copied. As Kevin O'Leary, a successful entrepreneur/millionaire, once said: "Get ready to work 25 hours a day to become successful in business" we all have 24 hours available for all our activities, but some of us can waste it more actively in the daily schedule than others. Let's have a look at some of the techniques that allow us to do that.

Example of usage:

English: I've got 6 meetings scheduled for Tuesday so I might need to take my kid's potty to work.

Please try to remember that Present Simple is used for future actions if they have been planned beforehand, especially the more official ones.

ADORE YOUR SCHEDULE

(To) schedule /sɪ'dju:li/ - as a noun it's a timetable of sorts that allows us to grasp the timebound reality, but you can also use this word as a verb 'to schedule', e.g. 'I'd like to schedule an appointment after 3 PM'. The most important thing to do when it comes to managing your time available during your working hours, but also privately, is to have a schedule. If you are still thinking about ordering a paper 'company calendar', to basically a paper schedule with your company's logo on top, just take a minute and think if the 90s are knocking at your door. I'm guilty as charged for taking them once a year, but only as a form of laid-off given to me in the street.

As you might already know, the online schedules are far superior to the paper ones. Cloud syncing, sharing on multiple devices, adding colors, pictures, links and references are far better than highlighting a note written with a pen. Even the simple Google Calendar from my leatherbound schedule as you really must start using it. During your working hours I recommend introducing 'speedy meeting', a feature predominantly known from the aforementioned Google Calendar that allows you to spend things up and finish 30 minute meetings 5 minutes earlier and 60 minute meetings 10 minutes earlier. This will allow you to rest your eyes, grab a coffee and most importantly go to the bathroom before the next scheduled meeting.

One short note on the meetings – no agenda, no meeting! A bit harsh, but just take a gander at all of the meetings you've had that could have been replaced with an email. If your power doesn't reach so far in the company hierarchy to cherry pick meetings, just ask to take a glimpse at the agenda and it should magically appear.

personalizacja 4/2023

Pages

SENNIK HR IN ENGLISH 1

Time management

Can you be more organized?

Remove, hybrid or stationary work – regardless of the form, it seems that we have less and less time, and more and more responsibilities. Is working more than 8 hours a day the only solution? Fortunately, using just a few techniques will help us to work shorter and more effectively.

ADORE YOUR SCHEDULE
(To) schedule /sɪ'dju:li/ - as a noun it's a timetable of sorts that allows us to grasp the timebound reality, but you can also use this word as a verb 'to schedule', e.g. 'I'd like to schedule an appointment after 3 PM'. The most important thing to do when it comes to managing your time available during your working hours, but also privately, is to have a schedule. If you are still thinking about ordering a paper 'company calendar', to basically a paper schedule with your company's logo on top, just take a minute and think if the 90s are knocking at your door. I'm guilty as charged for taking them once a year, but only as a form of laid-off given to me in the street.

As you might already know, the online schedules are far superior to the paper ones. Cloud syncing, sharing on multiple devices, adding colors, pictures, links and references are far better than highlighting a note written with a pen. Even the simple Google Calendar from my leatherbound schedule as you really must start using it. During your working hours I recommend introducing 'speedy meeting', a feature predominantly known from the aforementioned Google Calendar that allows you to spend things up and finish 30 minute meetings 5 minutes earlier and 60 minute meetings 10 minutes earlier. This will allow you to rest your eyes, grab a coffee and most importantly go to the bathroom before the next scheduled meeting.

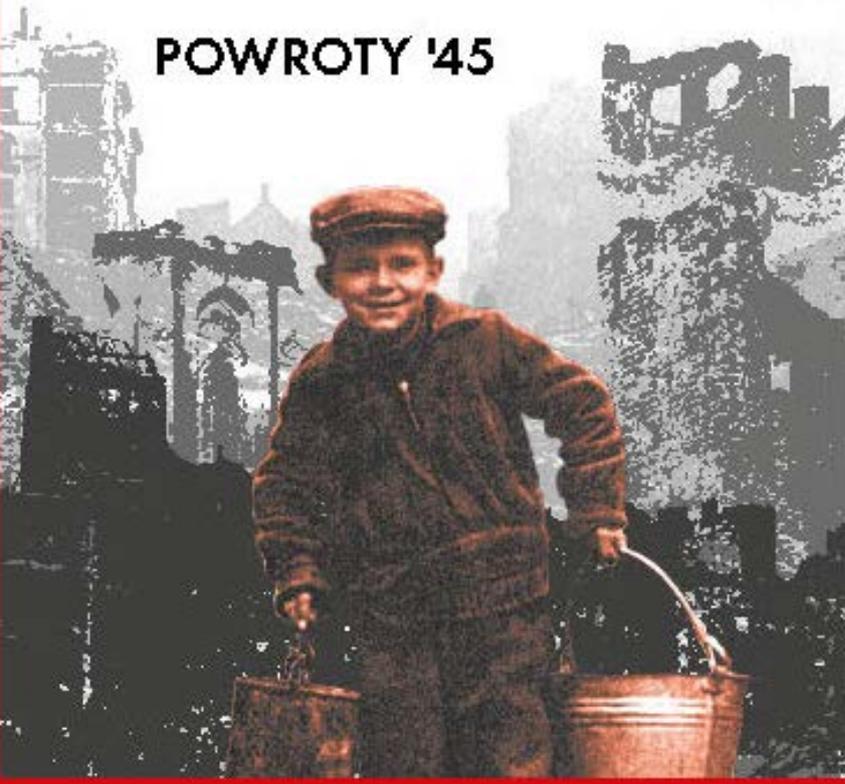
One short note on the meetings – no agenda, no meeting! A bit harsh, but just take a gander at all of the meetings you've had that could have been replaced with an email. If your power doesn't reach so far in the company hierarchy to cherry pick meetings, just ask to take a glimpse at the agenda and it should magically appear.

personalizacja 4/2023

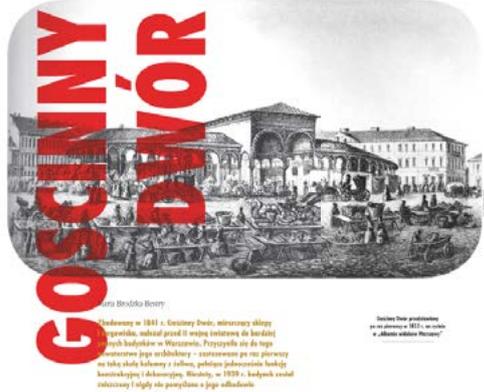
robinsonowie warszawscy • wspomnienia z umarłego miasta
teatr zrodzony z marzeń • stołeczny piławał • dyrektor szachów i kłwy Andrzej Seweryn

STOLICA

POWROTY '45



**Stolica –
Varsavianist
monthly**
Modernization of the
layout, typesetting,
processing of
archival photos,
advertisements



GOSCIENNY DŹWIÓR

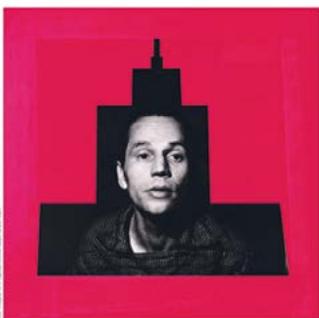
W 1881 r. Cesarstwo Niemieckie wybudowało w Warszawie, na placu przed pałacem, hotel, który stał się jednym z najważniejszych miejsc w mieście. W 1939 r. hotel został spalony, a w 1945 r. odbudowany. W 1953 r. hotel został nazwany na cześć polskiego pisarza i jego twórcy.

G

W 1881 r. Cesarstwo Niemieckie wybudowało w Warszawie, na placu przed pałacem, hotel, który stał się jednym z najważniejszych miejsc w mieście. W 1939 r. hotel został spalony, a w 1945 r. odbudowany. W 1953 r. hotel został nazwany na cześć polskiego pisarza i jego twórcy.

Miron Białoszewski złatuje Tamką w dół

W 1967 roku Miron Białoszewski, jeden z najważniejszych polskich pisarzy, zmarł. Jego twórczość była niezwykle różnorodna i obejmowała powieści, reportaży i eseje. Białoszewski był jednym z najważniejszych pisarzy w Polsce w latach 60. i 70. XX wieku.

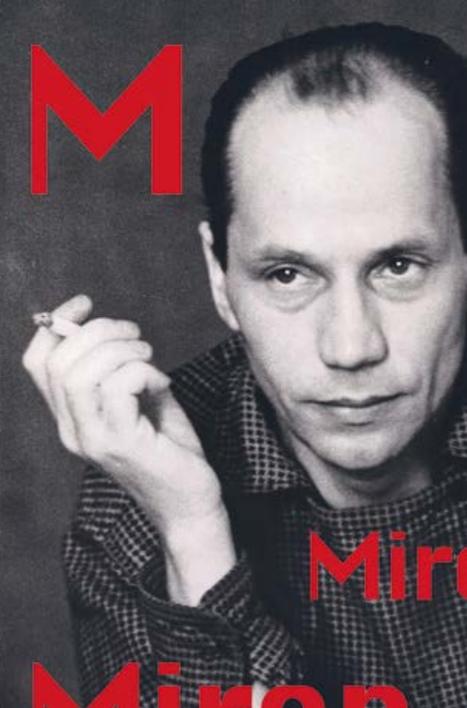


Miron Białoszewski, jeden z najważniejszych polskich pisarzy, zmarł w 1967 roku. Jego twórczość była niezwykle różnorodna i obejmowała powieści, reportaży i eseje. Białoszewski był jednym z najważniejszych pisarzy w Polsce w latach 60. i 70. XX wieku.

AWANTURA O BIUST

Piotr Otrębski
Kafe biustu stał bohaterem z karabinem – to wydarzenie z kontekstu zdarzeń zrealizacji „Kartki Warszawskiej” z 1927 r. brzmiała dzisiaj jak żart. Niemniej, żołnierze ze zbrojną przemocą naczyli ekspozycję do imienia z powściągliwością nie było. Stawał wstążką przy nie było jakim biustem, który zbierał szlachetnie okuty pisał się na placu Saskim. Oczywiście, ustawienie takiego pomnika poprzedziła karuzela awantury. W II RP wstążki też nadro nie było...

Wstążki były w tym czasie w Warszawie, na placu Saskim, w miejscu, gdzie w 1927 r. została otwarta Galeria Sztuki. Wstążki były w tym czasie w Warszawie, na placu Saskim, w miejscu, gdzie w 1927 r. została otwarta Galeria Sztuki.



Miron Białoszewski

Polska music

Junge Komponisten aus Polen auf Deutsch

- 6 Essays von Tradition durch Opera und Sonorismus bis Postmoderne und Spektrale Musik
- 13 Komponisten in Interviews und Texte
- 12 Interpreten in Focus
- 27 Festivals auf der Karte
- 25 Musikstücke auf Pendrive.

Doppelkodierung. Ein Präludium und sieben Fugen

Glissando
a monthly magazine on
contemporary music;
Design and typesetting
of the German-
language edition

Essays

Papozano

musikalische Gedächtnis in der Musik von Ewa Tybura (*1972), wo sie ein wichtiger die Form integrierender Faktor ist. (Es scheint mir, sie trägt sie sich hervor, agiert mit Raummusik, die es ist wie in Jahren das Aufsteigen dieser Komponisten darstellt, sowie auch mit elektronischen Medien.)

Die Stücke von Jędrzej Świątek (*1962) enthalten stark unmissbare Gesten und haben daher klare Züge und besitzen hohe Expressivität. In Jędrzejowski-Hören spiegelt eine allgemeine Tendenz zur Dekonstruktion, zum Kaputtmachen, zur Entropie und bilden damit (zusammen mit den Klängeffekten) ein sehr überzeugendes Studium der Reibung zweier Kräfte: einer schaffenden und einer zerstörenden. In diesem Fall lässt sich eine starke Korrespondenz zwischen der expressiven Ladung der Musik und der persönlichen Philosophie der Komponistin diagnostizieren.

Eine große Klarheit der Gestik ist auch den Werken von Danusia Przybysz (*1984) eigen, auch wenn dies ein Komplex ist, anders als Świątek, der Tradition großes ein Respekt zollt und mit seinen Werken keine Kontroversen auslöst. In den Werken von Michał Muc (*1978) scheint die eindeutige Gestik nach und nach theoretische Züge anzunehmen (funktioniert sie), sie gehen meist mit literarischen Ideen im Bereich der Klangfarbe einher. Aleksandra Gabrys (*1974) wiederum multipliziert die Wirkung der musikalischen Gesten mit Mitteln audiovisueller Mittel.

5. Neue Komplexität... neue Einfachheit...?

Eine sehr starke Polarisation unter den jungen Komponistinnen entsteht aus der unentschiedlichen Ausrufenden Antwort auf die Frage nach der Inneren Komplexität der Musik. Auf der einen Seite befinden sich diejenigen Künstlerinnen, die aus unterschiedlichen Gründen eine mögliche einfache Sprache ermöglichen klarer Form durch die Reduktion der Mittel und schließlich auch Attraktivität erzielen wollen. Auf der anderen können wir diejenigen erkennen, die aus den Apologeinnen der neuen Komplexität gehen, die vorrangig auf Kontinuität und Vielfalt setzen und nicht vor dem Verlust formalen Klarheit zurückweichen. Zur ersten Gruppe würde ich die bereits genannten, Weronika Pałuszewska, Marcin Gumieła, Michał Dobrzyński sowie Wojciech Włdek, Marcin Chyżyński und Aleksandra Kocikowinennen. Ein besonderes Beispiel stellt hier Stanisław Bromocaudin, dessen Neigung, poetische Stimmung gedämpft auszudrücken, sich mit Farbursprünglichkeit und gleichzeitig - in entscheidenden formalen Momenten - mit der bewussten Reduktion und Vereinfachung der Mittel verbindet.

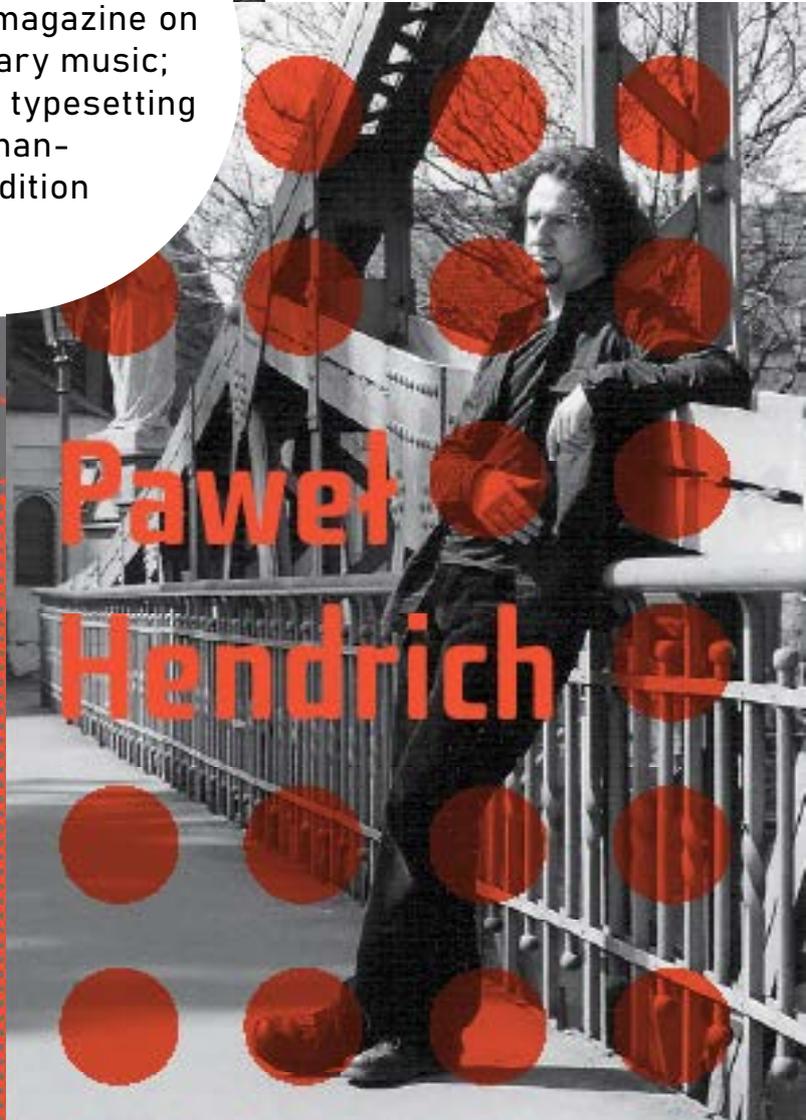
Unter den Befürworterinnen der Komplexität gibt es sehr unterschiedliche künstlerische Persönlichkeiten, u.a. Aleksandra Gryka und Wojciech Z. Zych. Für beide bedeutet ein hoher Komplexitätsgrad die Möglichkeit des konzertanten Ausdrucks, der Vielschichtigkeit und Vielschichtigkeit. Bei Gryka bedeutet Komplexität Anreicherung und hat spontanen Charakter. Anders ist es bei Zych, bei dem die starke Komplexität Effekt seiner Streben nach der Verdichtung des Ausdrucks und der schnellen Abfolge unterschiedlicher aufeinanderfolgender Ideen ist. (Ich zitiere erfolgreich die Worte des Komponisten aus dem Gedichtnis: Ein Gedanke spürt den

Hauschen in anderen Gedanken im Nacken). So ist also die Komplexität Grykas spontan und natürlich, die Zychs dagegen geplant und berechnet. Ein analoger Gegensatz („spontan“ versus „kalkuliert“) lässt sich bei zwei weiteren Komponistinnen nachweisen: Agata Zubek und Paweł Hendrich. Hochkomplexifiziert sind auch die Werke von Stanisław, Świątek, Białas, etwas weniger die von Wojciechowski, Magdalena Buchard und Kroschal, aber die Mehrzahl der Vertreterinnen dieser Generation vertritt ein Mittel und Ideen aus dem Inneren, und grenzt sich von der neuen Komplexität ab. Viel mehr sind sie in der Kritik einen „dritten Weg“, sich sowohl von den höchst komplexierten Werken Finnboroughs wie auch vom Reduktionismus der Minimalisten loszusagen.

Solch einen Mittelweg zu wählen und die Abneigung gegen eine Positionen, ist eine erkennbare Frage, die ich auch in anderen, oben bereits genannten Aspekten beobachte. Sie bezieht sich nicht auf das Gesamtbild der Generation. Tatsächlich könnte ich keine umfassende Kategorie für die Mehrheit der jungen Komponistinnen finden. Sie repräsentieren eine synthetische Herangehensweise, die sich sowohl aus der Tradition, als auch aus der Avantgarde speist, darunter aus unterschiedlichen Stilen. Auf diese Weise stehen sie auch in einem eigenen stilistischen Idiom und versuchen in der heutigen überfüllten Welt ihren Platz zu finden. Ein solch synthetischer Ansatz (individuell, Art) charakterisiert z.B. Alina Błorska, Jarosław Chmielacki, Adrian Foltyn, Olga Hans, Dagmara Jack, Anna Jedziewska, Wojciech Kikmarz, Barbara Kaszuba, Krystian Kieślak, Jakub Wiktor Kowalewski, Bartłomiej Korda, Sebastian Ładziński, Jarosław Mancański, Aleksandra Nowak, Klaudia Pachernik, Michał Pawłak, Jarosław Pionka, Jakub Polaczyk, Paweł Przeworski, Miłostaw Ryzak, Jakub Sarvas, Jacek Sotomski, Joanna Stępańska-Spiż, Hadrian Tabecki, Skawonit Zamusko und viele, viele andere Komponistinnen aus den Jahrzehnten 1970-1990.

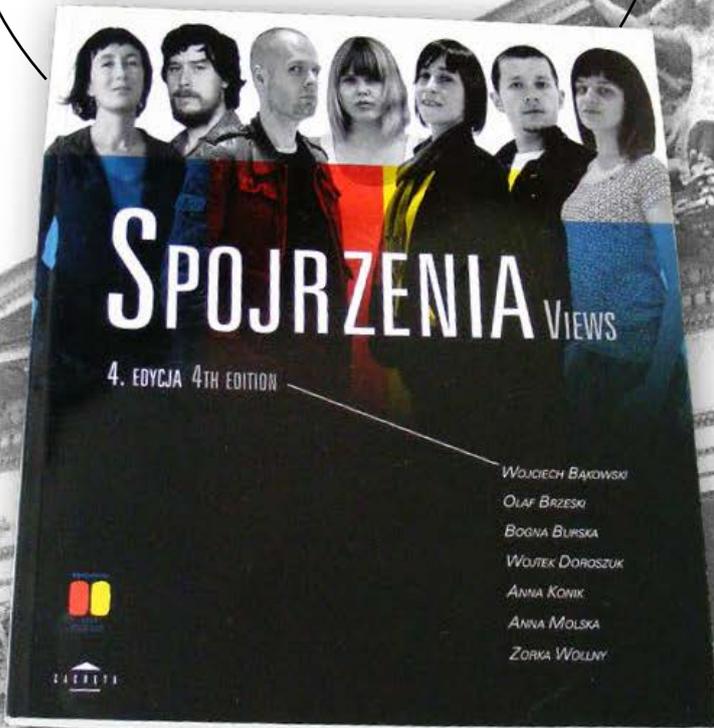
Text: Maciej Jabłinski

Übersetzung: Barbara Jankich



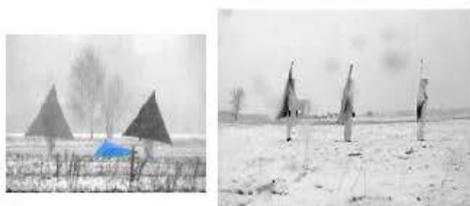
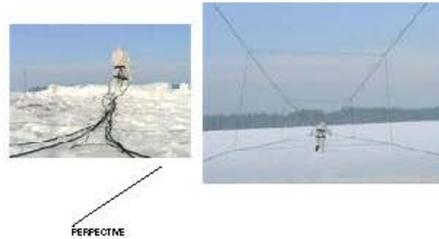
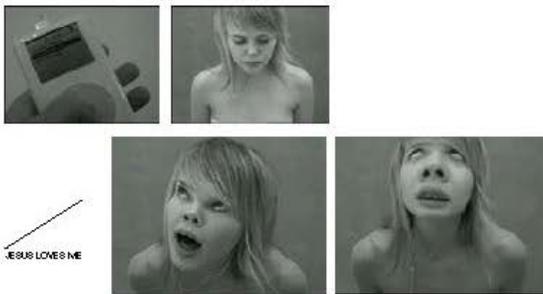
VISUAL IDENTIFICATION

National Gallery in Warsaw „Zachęta”
 graphic design of the fourth edition of the
 „Views” competition for young artists



Artka | Book | Biere

Artka | Book | Biere



HumanityInAction
 „Voices from Poland”
 a publication about
 ethnic minorities in
 Poland

Głosy z Polski:

z perspektywy
 mniejszości

Głosy z Polski

Lemkowskie nagrobki na cmentarzu w Gładyszowie.

Nie tylko Wątra
 Lemkowie z Gładyszowa

temkowie

Był dokładnie 7 czerwca 1947 roku, pan Kowalczyk doskonale pamięta ten dzień, kiedy całą jego rodzinę, podobnie jak innych Lemków ze wsi, na rozkaz polskich władz wsadzono do wagonów i przetransportowano najpierw do obozu przesiedlowego w Jaworznie, a następnie do wyznaczonego miejsca osiedlenia na terenach wcześniej przymusowo opuszczonych przez wypędzonych Niemców. Według szacunków, akcją przesiedleńczą trwającą do 1950 roku objęła niemal wszystkich obywateli polskich pochodzenia lemkowski, a pozostał tylko nieliczni. W przypadku pana Kowalczyka dzieśnięć lat trwała rozłąka z rodzinną wsią, w której pozostawiony został cały dobytek wraz z gospodarstwem i ziemią. Pan Jan ożenił się i skorzystał z prawa powrotu na ojczyznę w 1957 roku, jednak nie wszyscy Lemkowie chcieli i mogli powrócić na ziemię swych przodków, gdyż zajęte w znacznej części przez polskich osadników gospodarstwa były w zasadzie nie do odzyskania według ówczesnego prawa PRL przez ich pierwotnych właścicieli. Dlatego w Gładyszowie, podobnie jak w innych podkarpackich wsiach, do których wracali Lemkowie, przez wiele lat panowała atmosfera wzajemnej nieufności pomiędzy powracającymi z wygnania mieszkańcami a polskimi osadnikami, co niejednokrotnie prowadziło do konfliktów.

Dzisiaj, na pierwszy rzut oka w Gładyszowie panuje zgoda pomiędzy Polakami i Lemkami, którzy stanowią we wsi mniejszość. Piękna, jeszcze przedwojenna cerkiew w centrum wsi, której budowę pamięta z dzieciństwa pan Jan Kowalczyk, jest prawdziwie ekumenicznym miejscem, w którym oprócz odprawiania mszy w obrządku grekokatolickim odbywają się msze katolickie. To raczej wynika z przychylności „praktycznych”, przekonuje nas pan Dziubyna, jakkolwiek jest to wyraźny znak nowych czasów, dających nadzieję na pełne zrozumienie w dążeniu ku pojednaniu w wierze.

Charakterystyczna budowla cerkwi lemko-
 wskiej stanowi niezwykle istotny, wręcz nieod-
 łączny filar jej kultury materialnej na przestrze-

ni wieków, podkreśla pan Jan Dziubyna, który zostaje naszym przewodnikiem po okolicy. Zdaje się, że dla tożsamości lemko-
 wskiej, mniej ważna jest nawet przynależność do kościoła katolickiego, prawosławnego, grekokato-
 liczego czy innego, wynikająca z zawrócania historii rodzinnych wplecionych w losy innych narodów. Bo Lemkowszczyzna na płóciennych obrazach i w wyobraźni rozsiłanych na całym świecie Lemków, jawi się jako ich mała ojczyzna z przodków z łagodnymi pagórkami i małą cerkiewką pośrodku. O przeszłości przypominają też pomniki i cmentarze, a współcześnie organizowane są liczne festiwale promujące kulturę lemko-
 wską w Polsce i za granicą. No i cyklicznie odbywają się lemko-
 wskie wiatry, czyli ogniska i imprezy, które stają się nieodłączną okazją do spotkań Lemków, budzenia poczucia wspólnoty, przywołania tradycji lub po prostu często odwiedzenia ojczyzny przodków po wielu latach nieobecności w kraju. Swoją ułudę w lemko-
 wskiej wiatrze w Zdźni zapowiedzieliśmy na przyszły rok, bo na Lemkowszczyznę na pewno jeszcze wrócimy nie raz. ■



Dwujęzyczne słowackie oraz lemko-
 wskie tablice na skowacji.

FRSE

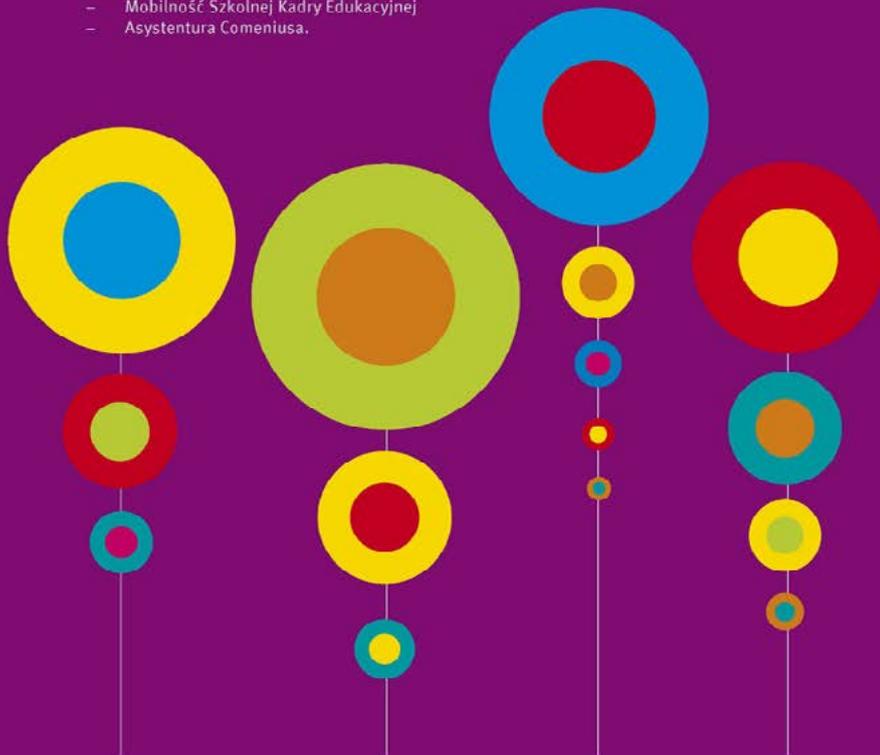
promotion of
the Comenius
Lifelong Learning
Programme



Comenius

Program Comenius, jako część programu
„Uczenie się przez całe życie”, realizuje następujące akcje:

- Dwustronne Partnerskie Projekty Szkół
- Wielostronne Partnerskie Projekty Szkół
- Partnerskie Projekty Regio
- Wizyty Przygotowawcze i Seminaria Kontaktowe
- Wyjazdy Indywidualne Uczniów
- Mobilność Szkolnej Kadry Edukacyjnej
- Asystentura Comeniusa.



frse
Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji

 **10 Edukacja i Kultura**
Program „Uczenie się przez całe życie”
Comenius

Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji,
Narodowa Agencja Programu „Uczenie się przez całe życie” Comenius
00-551 Warszawa, ul. Mokotowska 43, tel.: 22 46-31-000, fax: 22 46-31-021
e-mail: comenius@frse.org.pl, www.comenius.org.pl

frse
Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji

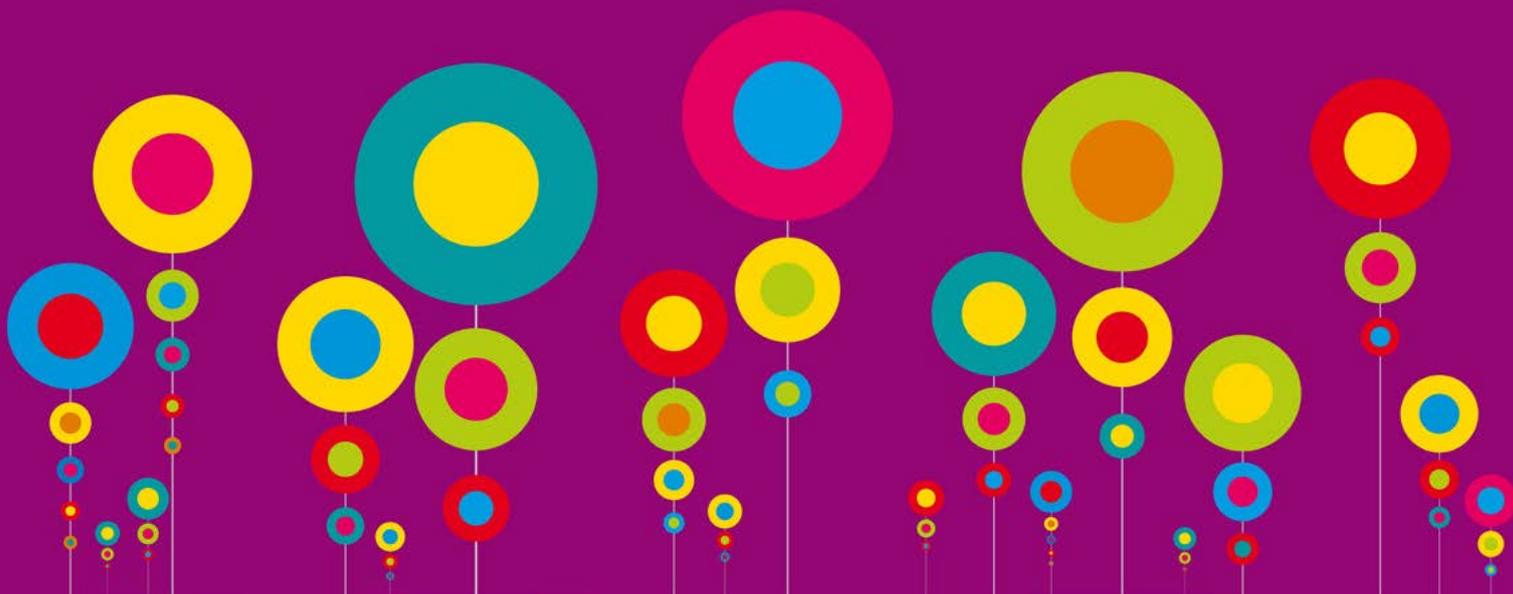
 **10 Edukacja i Kultura**
Program „Uczenie się przez całe życie”
Comenius

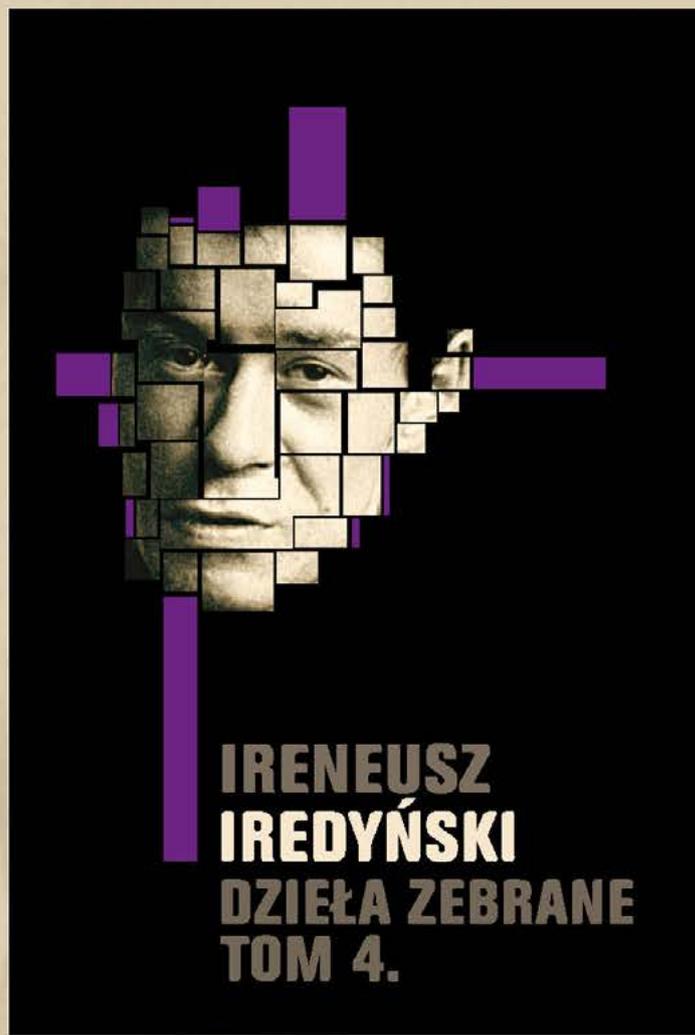
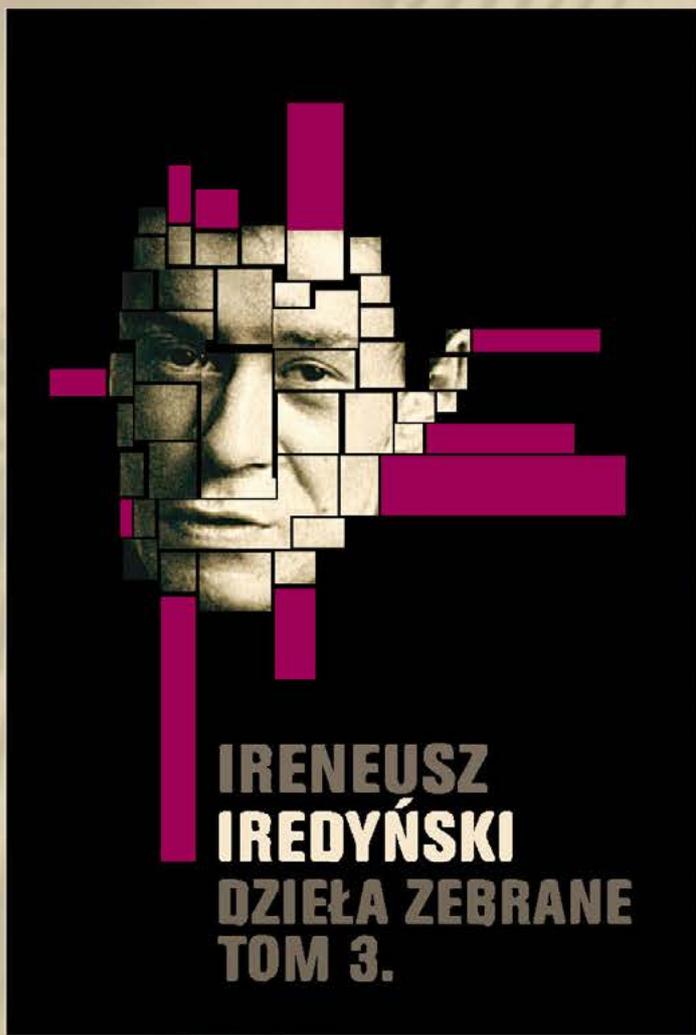
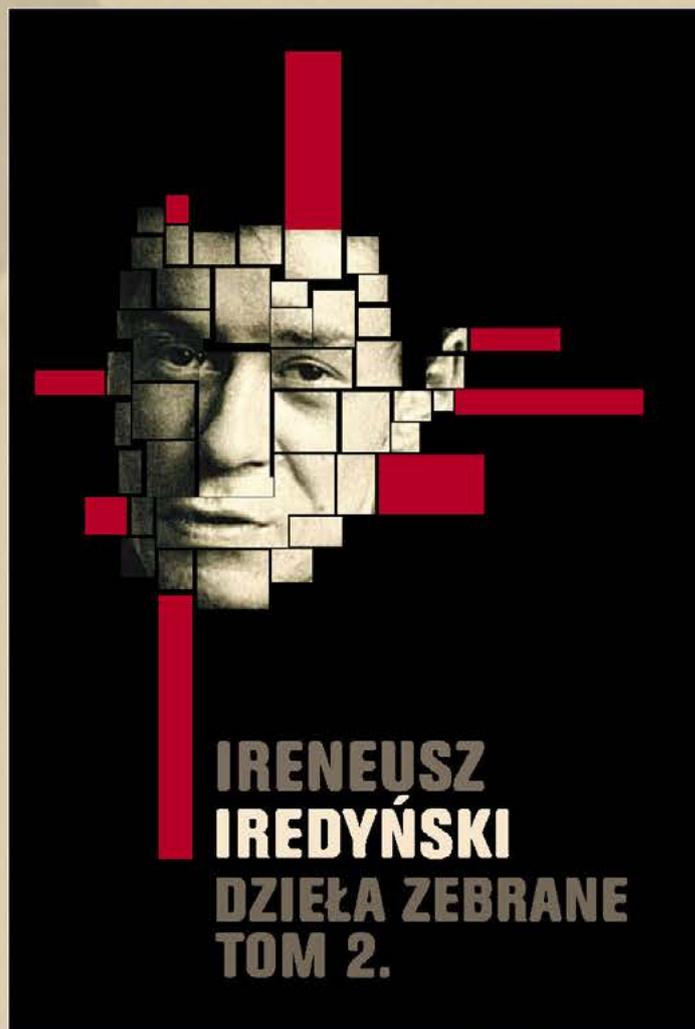
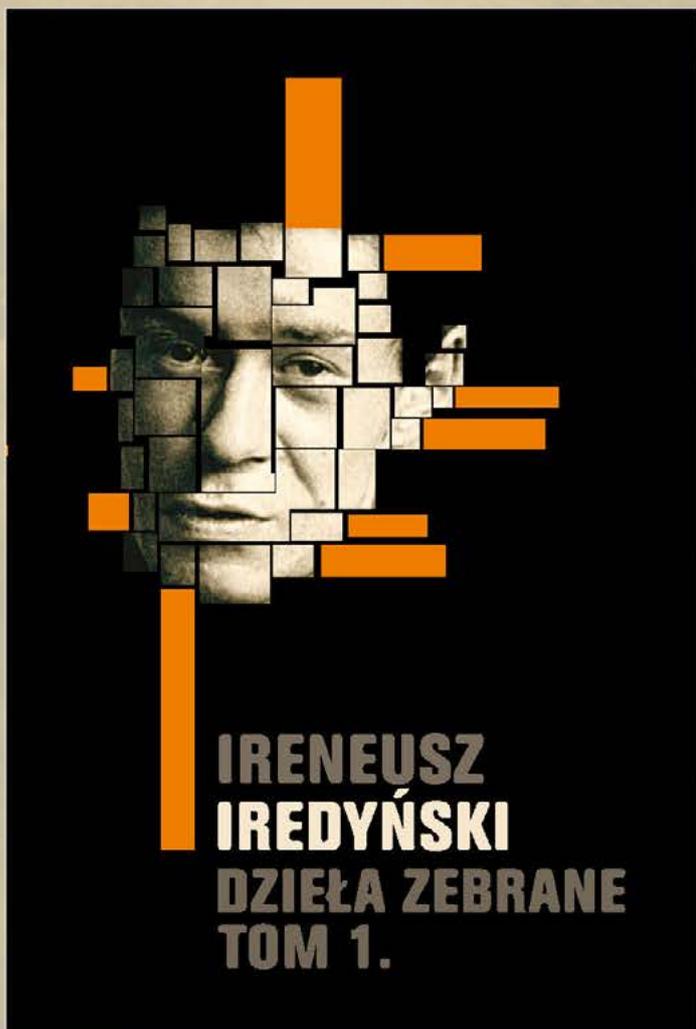
Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji,
Narodowa Agencja Programu „Uczenie się przez całe życie” Comenius
00-551 Warszawa, ul. Mokotowska 43, tel.: 22 46-31-000, fax: 22 46-31-021
e-mail: comenius@frse.org.pl, www.comenius.org.pl

Comenius

Program Comenius, jako część programu
„Uczenie się przez całe życie”, realizuje następujące akcje:

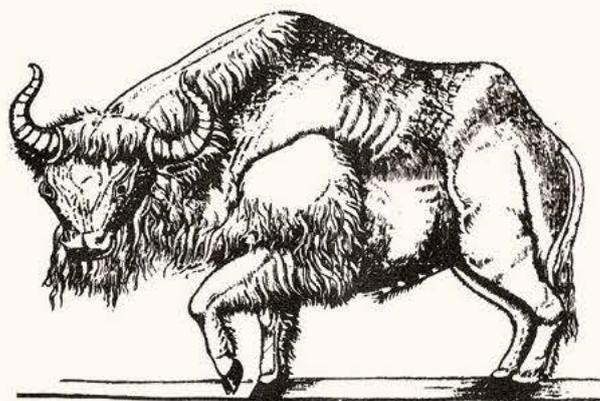
- Dwustronne Partnerskie Projekty Szkół
- Wielostronne Partnerskie Projekty Szkół
- Partnerskie Projekty Regio
- Wizyty Przygotowawcze i Seminaria Kontaktowe
- Wyjazdy Indywidualne Uczniów
- Mobilność Szkolnej Kadry Edukacyjnej
- Asystentura Comeniusa





Warszawska Firma Wydawnicza

book covers, typesetting and folding,
drawings

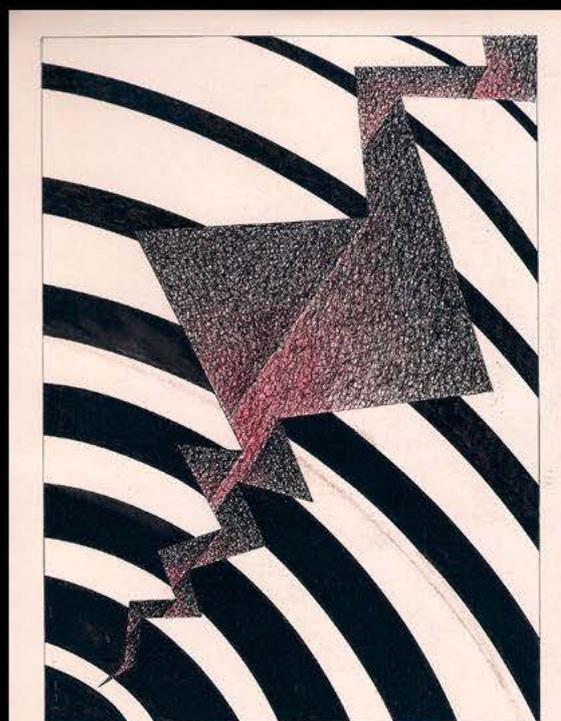
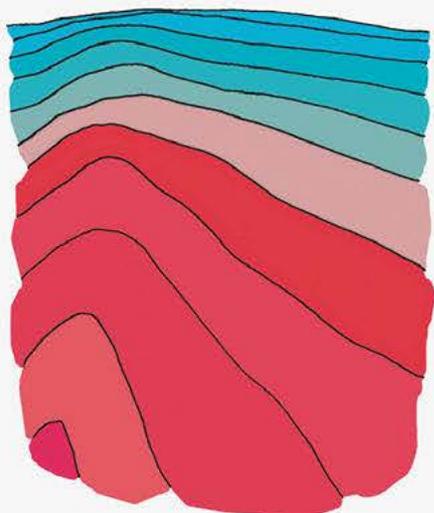


Agnieszka
Samsonowicz

**Łowiectwo
w Polsce
Piastrów
i Jagiellonów**

Krzysztof Zdunek

**Wieczory,
popołudnia...**

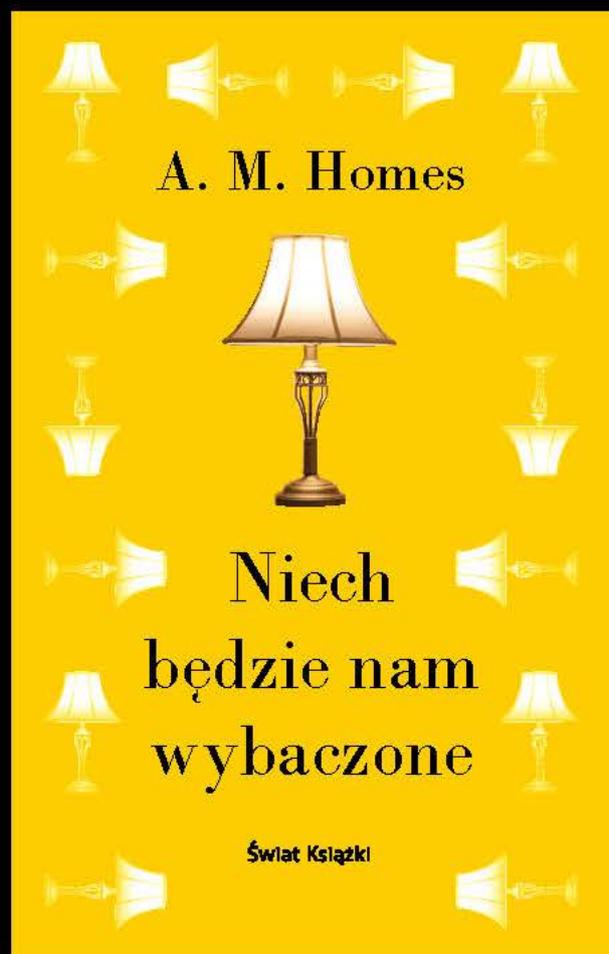
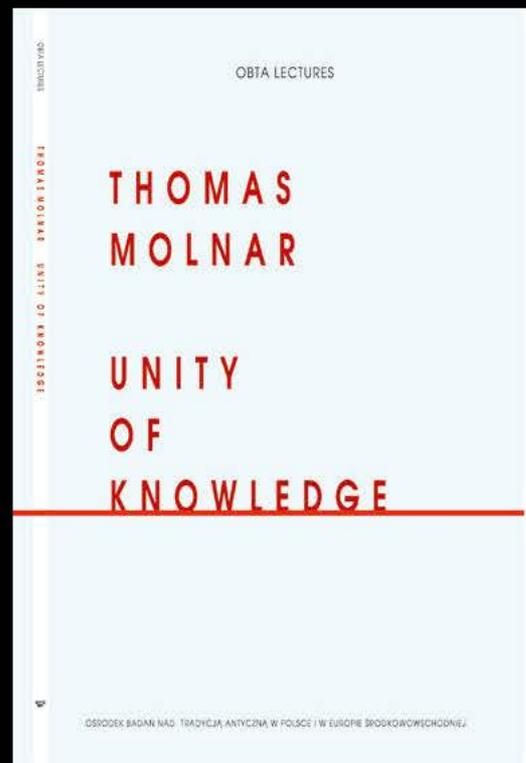




MARTA KARKOWSKA

**PAMIĘĆ KULTUROWA
MIESZKAŃCÓW OLSZTYNA
LAT 1945–2006**

w perspektywie koncepcji
Aleidy i Jana Assmannów



W

W

W

HR personel & zarządzanie



Nowe otwarcie

Jak żyć w pracy długo i szczęśliwie?

POBIERZ BEZPŁATNIE

Wakacje to dobry moment, żeby po powrocie, zanim jeszcze nastąpi efekt powrotu do starych schematów, rozpocząć zmianę. Zacznij ją z nami, a konkretnie z publikacją Piotra Kolmasa!

Z publikacji dowiesz się

- Jakie odnosimy korzyści z wakacji?
- Co wpływa na naszą ogólną kondycję?
- Jak zarządzać własną energią, aby dobrze wypocząć?

Piotr Kolmas
Specjalizuje się we wdrażaniu zmian i kształtowaniu przywództwa w organizacjach. Partner zarządzający firmy doradczej GrupaYak.

FORMULARZ
Pobieram BEZPŁATNIE artykuł magazynu „Personel i Zarządzanie”

Nowy klient Mam konto

Imię	Nazwisko
E-mail	Hasło
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

HR Personel i Zarządzanie
1.1 sierpnia · 🌐

🏠 Wracamy po urlopie i wpadamy w ten sam wir, z którego uciekaliśmy na urlop. Nagromadzone podczas naszej nieobecności sprawy spadają nam na głowę 🤯. Nadrabianie zaległości trawi błyskawicznie naszą świeżo odzyskaną energię. Powrót do „młyna” i dramatyczny kontrast z błogim czasem urlopu potęgują naszą frustrację. Stąd już tylko krok do zbudowania sobie przeświadczenia, że nie warto wyjeżdżać, albo że należy rzucić to wszystko i wyjechać w Bieszczady, tym razem na stałe – ... [Zobacz więcej](#)

personel&zarzadzanie



NOWE OTWARCIE

JAK ŻYĆ W PRACY DŁUGO I SZCZĘŚLIWIE?

personel-info.pl

1

19 Udostępnień

Lubię to! · Komentarz · Udostępnij

Personel&Zarządzanie e-weekly in html (sent like mailing), promotion of P&Z Live podcasts (logos, banners, mailings), promotion of webinars, conferences and other P&Z-related products

INFOR SKLEP **E-TYGODNIK**

HR personel & zarządzanie

www.personel.infor.pl

WYDAJNIK SIĘ W KAŻDY CZWARTEK

AKTUALNOŚCI

HR menedżer z lepszą pensją

Z Raportu Płacowego 2021 Page Executive wynika, że pensje większości menedżerów, w tym także w sektorze usług, spadły w porównaniu z poprzednim kwartałem. Skłony do walki, młodzi menedżerowie - zwłaszcza technologiczni - odbijają zarządcy seniorom w pensjach. Lubią, którzy opierają się w trudnych czasach i skutecznie przetrwali firmę przez momenty ostrej recesji, a także w okresie ubiegłego roku najbardziej cenionych przedsiębiorstw menedżerów. W 2020 roku ich średni zarobek dla podstawy wyniósł 140 000 zł, a przyrost wyniósł 10,5% w porównaniu z poprzednim kwartałem. Wynik ten oznacza, że zarobki menedżerów w tym czasie wzrosły o 14,5% w porównaniu z poprzednim kwartałem.

Przewrotościowania na rynku pracy

Wieloletnie badania firmy zatrudniającej i rekrutacyjnej Devo, wykazały, że co drugi pracownik osiemnastoletniej historii firmy jest w stanie zrehabilitować się na rynku pracy. Wynik ten oznacza, że w przeszłości w firmach pracowało 1,5 mln pracowników, a obecnie 1,5 mln pracowników. Wynik ten oznacza, że w przeszłości w firmach pracowało 1,5 mln pracowników, a obecnie 1,5 mln pracowników.

ROZMOWA TYGODNIA

Biznes wzrasta dzięki ludziom

Redakcja z ciekawości zapytała: czy ludzie są najważniejszą wartością w biznesie? Czy to ludzie, którzy tworzą sukcesy, czy to pieniądze, które przyciągają ludzi? Odpowiedzi na te pytania znajdziesz w artykule: [Biznes wzrasta dzięki ludziom](#).

Czym zajmie się Wasze Family Group?

Jeśli jesteś przedsiębiorcą, inwestorem lub liderem zespołu, to prawdopodobnie zastanawiasz się nad tym, jak najlepiej zorganizować swoją firmę. W tym celu warto skorzystać z Family Group, czyli grupy rodzinnej, która umożliwia łatwiejsze zarządzanie firmą i zwiększenie jej efektywności. Więcej informacji znajdziesz w artykule: [Czym zajmie się Wasze Family Group?](#)

Skąd pomyśleć o podjęciu decyzji, o której nie ma wątpliwości?

Wieloletnie badania firmy zatrudniającej i rekrutacyjnej Devo, wykazały, że co drugi pracownik osiemnastoletniej historii firmy jest w stanie zrehabilitować się na rynku pracy. Wynik ten oznacza, że w przeszłości w firmach pracowało 1,5 mln pracowników, a obecnie 1,5 mln pracowników.

Psychologizmy GPS

Psychologizmy GPS, jak zwał, to nie są zwykłe narzędzia, ale narzędzia, które pomagają w zarządzaniu firmą i zwiększeniu jej efektywności. Więcej informacji znajdziesz w artykule: [Psychologizmy GPS](#).

Benefity sportowe 2.0

Benefity sportowe 2.0 to nowe narzędzie, które pomaga w zarządzaniu firmą i zwiększeniu jej efektywności. Więcej informacji znajdziesz w artykule: [Benefity sportowe 2.0](#).

Wszystko o zmianach w prawie pracy i HRM

Wszystko o zmianach w prawie pracy i HRM to nowy numer czasopisma, który zawiera wszystkie najważniejsze informacje o zmianach w prawie pracy i HRM. Więcej informacji znajdziesz w artykule: [Wszystko o zmianach w prawie pracy i HRM](#).

IMPACT na HR

IMPACT na HR to nowy numer czasopisma, który zawiera wszystkie najważniejsze informacje o zmianach w prawie pracy i HRM. Więcej informacji znajdziesz w artykule: [IMPACT na HR](#).

personel&zarządzanie

live

INFOR SKLEP

personel&zarządzanie live

Chroniczny stres w Pandemii! Jak uratować swój mózg i całą resztę?

21 kwietnia 2021 9:00 bezpłatne spotkanie Inspiracyjne



Nikolay i Nadia Kirov

WEŹ UDZIAŁ

Od roku żyjemy w stanie permanentnego, przewlekłego stresu. Nasz mózg zaczyna inaczej działać. To stan regresu, którego skutkiem jest emocjonalne wyczerpanie. Niezależnie od tego, jak bardzo dotknął nas pandemia, wpływa ona bardzo obciążająco na nasze samopoczucie i nasze emocjonalne funkcjonowanie. Czas podjąć intensywne działania wspierające funkcjonowanie naszego mózgu.

Zapraszamy na wyjątkowe, inspiracyjne spotkanie z Nikolay'em i Nadią Kirov.

Uczestnicząc w spotkaniu dowiesz się:

- Jakie są mechanizmy chronicznego stresu, szczególnie w sytuacji izolacji podczas pracy zdalnej, technostresu i zagrożenia utraty zdrowia?
- Jakie są skutki stresu dla twojego mózgu, ciała, efektów pracy zawodowej i codziennego funkcjonowania?
- Jak możemy sobie pomóc na co dzień?

Każdy uczestnik spotkania otrzyma bezpłatnie publikację Nikolay'a i Nadii Kirov **#StopDemotywacji! Jak motywować i zwiększyć zaangażowanie w czasach pracy zdalnej.**

Nikolay i Nadia Kirov
Pasionaci neuro nauki stosujący w praktyce biznesowej zdobytą wiedzę. Współtwórcy programu *Life and Business Energy Management* oraz szeregu programów rozwojowych dla biznesu i szkoleń dla firm z zakresu m.in. zarządzania energią życiową, motywacji, współpracy zespołowej oraz komunikacji i negocjacji w ostatnim roku szczególnie pod kątem pracy zdalnej. Instruktorzy Qi Gong stylu *Calligraphy Health System*. Więcej na stronach Kirov.pl i LifeEnergy.pl.

WEŹ UDZIAŁ

INFOR SKLEP

HR CHANGE

wyjawkowy warsztat

Relaksacja i medytacja

Jako uwalnianie potencjału

Tomasz Kalko

18.06.2012 r. 13:00

WEŹ UDZIAŁ

Zapraszamy na wyjątkowy warsztat medytacyjny z Tomaszem Kalko. Medytacja jest bardzo skutecznym narzędziem do poprawy jakości naszego życia. Pozwala osiągnąć niezbędny dystans, spokój i zwiększyć równowagę.

Dlaczego warto być?

- Pomocna każdy z nas ma w sobie nie wykorzystany potencjał. Dokładnie ten sam, który odnalazł w sobie wielki jego twórca. Ty też go posiadasz.
- Możesz, że czujesz w sobie moc i nie wiesz jak ją użyć! Nał tym wieloletni doświadczeni pracownicy.
- Zdrowie ograniczeń! Edukacja, wychowanie, przekonań, to wszystko nas ogranicza. Czas się z tym pozegnać!

Co wypłynie z tego warsztatu?

- Inne życie. Aby móc kształtować siebie, niezbędna jest odrobina teorii na temat otaczającego nas świata.
- Wzrost energii! To nagrodzenie narzędzie do pracy z własną podświadomością. Wzrost energii jest nagrodzeniem w sposobie na skuteczną medytację i relaksację.
- Medytacja. Medytacja wydaje się trudna. Jednak jak z każdą praktyką, im więcej jej doświadczamy tym bliżej się zbliżamy do sukcesu.

SPRAWDŹ

HR personel & zarządzanie

#HRday

Wydarzenia merytoryczne

Wydarzenia kulturalne

WEŹ UDZIAŁ

Wydarzenia merytoryczne:

- 18.06.2021** **Infobank** - Wydarzenie merytoryczne
- 18.06.2021** **Gala Konkursu HR of CHANGE** - Wydarzenie merytoryczne
- 18.06.2021** **Opisane i Lustracje** - Wydarzenie merytoryczne

Wydarzenia kulturalne:

- 17.06.2021** **Pracownicy Komitetu by Kowalewski** - Wydarzenie kulturalne
- 18.06.2021** **Relaksacja i medytacja jako uwalnianie potencjału** - Wydarzenie kulturalne

SPRAWDŹ