

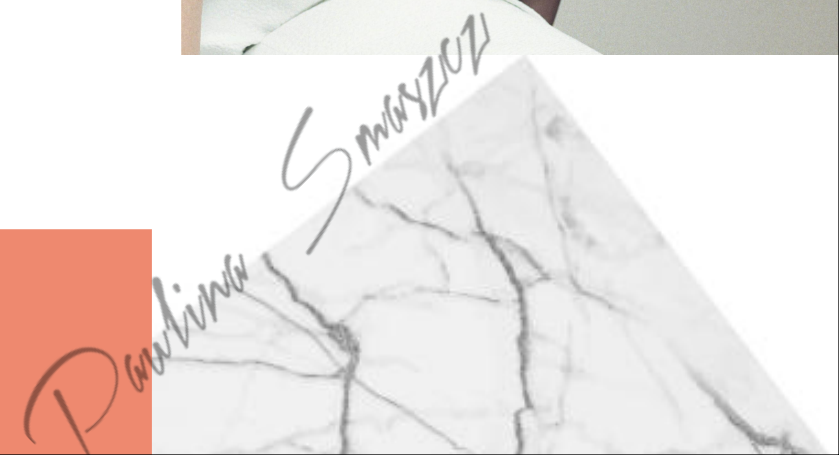
**PAULINA  
SMASZCZ  
-KURZAJEWSKA**

## **KOBIETA PETARDA!**

Szkolenie dla kobiet PAULINY SMASZCZ-KURZAJEWSKIEJ

## **Opis szkolenia**

[WWW.PAULINASMASZCZKURZAJEWSKA.COM](http://WWW.PAULINASMASZCZKURZAJEWSKA.COM)





**PAULINA  
SMASZCZ  
-KURZAJEWSKA**

MANAGER KOMUNIKACJI & PUBLIC RELATIONS,  
SZKOLENIOWIEC, TRENER BIZNESU, MENTORKA  
I KONSULTANT BIZNESU, DOKTORANTKA  
UNIwersytetu SWPS, WYKŁADOWCA – PRAKTYK.

POSIADA PONAD 25-LETNIE DOŚWIADCZENIE  
PRACY W DUŻYCH FIRMACH I KORPORACJACH,  
BUDUJĄC POLSKIE ORAZ MIĘDZYNARODOWE  
PROJEKTY STRATEGICZNE.

PROWADZI DWIE FIRMY: BRAND NEW Paulina  
Smaszcz-Kurzajewska ORAZ BRAND NEW PR.

JEST ZAŁOŻYCIELKĄ FUNDACJI #lovuje PAULINA  
SMASZCZ-KURZAJEWSKA FOUNDATION.

MAMA DWÓCH SYNÓW: FRANCISZKA I JULIANA.



## OPIS SZKOLENIA

- Szkolenie KOBIEC PETARDA! to spotkanie przepięknie energią, optymizmem i siłami witalnymi z mentorką, konsultantką biznesu, mówcą motywacyjnym, aby poznać Jej unikalną wiedzę na temat życia kobiet.
- Paulina Smaszcz-Kurzajewska swoją wiedzą odnosi się do życia zawodowego i prywatnego kobiet, opierając się na konkretnych, realnych przykładach i wydarzeniach.
- Opowiada, jak długą i krętą drogę, zawodowo i prywatnie, musiała przejść, by znaleźć się w miejscu, w którym znajduje się obecnie. Jak wygląda jej praca mentora z kobietami z całej Polski? Z jakimi wątpliwościami, pytaniami, problemami przybywają do niej kobiety w różnym wieku, by zaplanować swoją dalszą, życiową drogę?

Paulina Smaszcz-Kurzajewska



## OPIS SZKOLENIA

- Paulina Smaszcz-Kurzajewska pokazuje również, w jaki sposób można ogarnąć otaczający nas świat, by odnaleźć w nim samoświadomość, szczęście, spokój i spełnienie w życiu zawodowym i prywatnym.
- Wiedza Pauliny Smaszcz-Kurzajewskiej jest esencją badań na temat kobiet do doktoratu z socjologii, z elementami filozofii, psychologii, językoznawstwa oraz doświadczeń zawodowych zebranych podczas 26 lat pracy w korporacjach na różnych stanowiskach związanych z public relations i komunikacją.

*Paulina Smaszcz-Kurzajewska*

## DZIĘKI SZKOLENIU UCZESTNICZKI ZYSKUJĄ:

- samoświadomość swoich mocnych i słabych stron;
- techniki i narzędzia asertywności w komunikacji;
- rozwój kompetencji biznesowych i poznawczych;
- otwartość w mówieniu o swoich sukcesach;
- energię i motywację do działania;
- odwagę, by żyć w zgodzie z własnymi oczekiwaniami i potrzebami;
- determinację, aby podążać w życiu za swoimi marzeniami;
- wsparcie emocjonalne innych kobiet.





## ADRESACI SZKOLENIA

Szkolenie KOBIEȚA PETARDA! jest dla wszystkich kobiet, które pragną być niezależne i proaktywne. Dla kobiet, które czują potrzebę i chęć zmiany.

Bez względu na wiek, doświadczenia życiowe, zawodowe oraz etap kariery.

*Paulina Smaszcz - Kuchniarska*



## PROGRAM SZKOLENIA

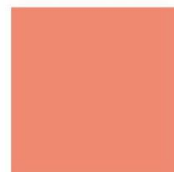
- Personal branding, czyli jak ważna jest marka osobista.
- Work-life balance i work-life blending, czyli jak dbać o harmonię w życiu.
- Umiejętność priorytetyzacji zadań, czyli jak planować skuteczniej.
- Krytyka a krytykanctwo, czyli jak radzić sobie z negatywnymi komentarzami i hejtem.
- Ryzyko, odwaga, inteligencja emocjonalna w podejmowaniu decyzji.





## PROGRAM SZKOLENIA

- Jak opanować stres i strach przed przyszłością, czyli jak żyć w świecie chaosu.
- Refleksyjność kobiet jako podstawa szczęśliwego i efektywnego działania.
- Wsparcie kobiet jako nadrzędna cecha dekalogu KOBIECY PETARDY.







## ROZKŁAD GODZINOWY

Proponowany: 9:00 – 17:00 (w tym przerwa na lunch oraz dwie przerwy kawowe).

Harmonogram szkolenia może zostać dostosowany do oczekiwań i potrzeb klienta.



*Paulina Smaszcz - Kurzajewska*

## METODY SZKOLENIOWE

**Ćwiczenia** wpływające na kształtowanie pożądanych postaw i zachowań oraz wzrost samoświadomości.

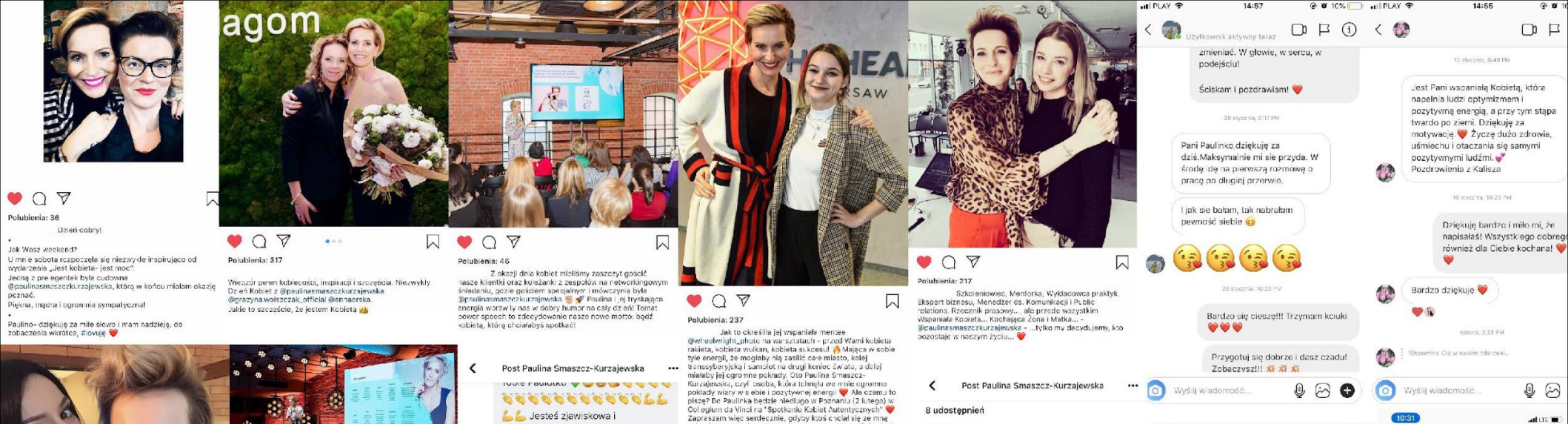
**Praca na przykładach** dotyczących zakłóceń w komunikacji oraz niezrozumienia komunikatu.

**Prezentacja multimedialna;** omawiane zagadnienia bazują na realnych przykładach z życia zawodowego i z życia prywatnego.

**Rozmowy** w celu wymiany doświadczeń oraz rozwiązania problemów.



*Danbina Smieszcz - Kucharska*



# REKOMENDACJE SOCIAL MEDIA



*Paulina Smaszcz-Kurzajewska*

Witam Pani Paulinko 🌸🌸🌸 mam 25 lat i codziennie odwiedzam Pani profil, żeby się pozytywnie naładować, pośmiać ale też wiele spraw i tematów przemyśleć. Jest Pani precudowną kobietą, wulkanem, który napędza innych do

Witam Pani Paulinko 🌸🌸🌸 mam 25 lat i codziennie odwiedzam Pani profil, żeby się pozytywnie naładować, pośmiać ale też wiele spraw i tematów przemyśleć. Jest Pani precudowną kobietą, wulkanem, który napędza innych do działania. Kocham Pani mądrość, otwartość i nie ma Pani pojęcia jak Pani inspiruje i napędza do działania takie świeżaczki jak ja. Życzę Pani cudownego dnia! Pozdrawiam serdecznie!!! ❤️❤️❤️  
PS traktuję jak kumpelę 😊🍷🥰



Polubienia: 64

Wciąż jesteśmy pod wrażeniem prelekcji @paulinasmaszcz, wygłoszonej podczas konferencji @byckobietaontour, dlatego z największą przyjemnością czytamy jej felieton o kobietach sukcesu. 🍷💕🥰  
Przeczytajcie i wy 📄 bit.ly/KobietySukcesuSieWspieraja

Tobie Paulinko 🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷  
👏👏 Jesteś zjawiskowa i niesamowita.  
1 tydz. Lubię to! Odpowiedz Wiadomo

Podziwiam bezustannie ale proszę na siebie bardzo uważać  
Zdrowie i Najbliżsi - Najważniejsze 🌸🌸🌸🌸  
1 tydz. Lubię to! Odpowiedz Wiadomość

Byłaś świetna! Dziękuję za wspólny wieczór i wiele cudownych wrażeń!  
1 tydz. Lubię to! Odpowiedz Wiadomość

W piątkowy wieczór było cudownie. Wyglądała Pani zjawiskowo 🍷💕  
1 tydz. Lubię to! Odpowiedz

Skomentuj jako Paulina Smas...  
Kobiety: w w ostatnie wiadomości pisałam Ci że zapisałam się na kurs z projektowania wnętrz 😊 już niedługo go kończę, to dzięki Tobie i mojemu narzeczonemu, (ma na imię Radek), dziękuję Ci za to 🍷💕💕

Kiedys bylam w mega fatalnym związku... Kiedys Ci opowiem 😊, ale nie żałuję ponieważ mam z tego związku wspaniałego cudownego syna 😊 który kocha Radka bezgranicznie z wzajemnością i to jest piękne, mam mega szczęście w życiu, mimo tego co spotkało mnie w przeszłości, mam wielkie szczęście mamy tych moich facetów, tak jak Ty staram się wychować Krystiana na super faceta który szanuje kobiety i

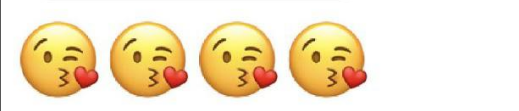
Użytkownik aktywny teraz

zmieniać. W głowie, w sercu, w podejściu!  
Ściskam i pozdrawiam! ❤️

28 stycznia, 8:17 PM

Pani Paulinko, dziękuję za dziś. Maksymalnie mi się przyda. W środę idę na pierwszą rozmowę o pracę po długiej przerwie.

I jak się bałam, tak nabrałam pewność siebie 😊



28 stycznia, 10:23 PM

Bardzo się cieszę!!! Trzymam kciuki ❤️❤️❤️

Przygotuj się dobrze i dasz czadu! Zobaczysz!!! 🌟🌟🌟

Polubienia: 217

Szkoleniowiec, Mentorka, Wykładowca praktyk, Ekspert biznesu, Menedżer ds. Komunikacji i Public relations, Rzecznik prasowy..., ale przede wszystkim Wspaniała Kobieta... Kochająca Żona i Matka... - @paulinasmaszczkurzajewska - ...tylko my decydujemy, kto pozostaje w naszym życiu... ❤️

8 udostępnień

Fantastyczne spotkanie! Moc kobiet 🍷🔥  
2 tyg. Lubię to! Odpowiedz Wiadomość

😊😊😊 tak to my to my.  
Dziękujemy bardzo było super, dziś w pracy wspominaliśmy i napewno wprowadzimy w życie 🍷  
2 tyg. Lubię to! Odpowiedz Wiadomość

Dziękujemy za owocnie spędzony czas :-)  
2 tyg. Lubię to! Odpowiedz Wiadomość

Była moc! 🍷🍷🍷😊  
2 tyg. Lubię to! Odpowiedz Wiadomość



Polubienia: 46

Z okazji dnia kobiet mieliśmy zaszczyt gościć nasze klientki oraz koleżanki z zespołów na networkingowym śniadaniu, gdzie gościem specjalnym i mówczynią była @paulinasmaszczkurzajewska 🍷🍷 Paulina i jej tryskająca energia wprawiły nas w dobry humor na cały dzień! Temat power speech to zdecydowanie nasze nowe motto: bądź kobietą, którą chciałabyś spotkać!

Jest Pani niesamowita! Spełniło się dzisiaj moje marzenie, to dla Pani warsztatu jechałam z Poznania do Kalisza i jeszcze właśnie od Pani w prezencie tyle miłości dostałam ❤️ raz jeszcze dziękuję za przekazaną energię i wiedzę! Jest Pani moim autorytetem. 🍷  
Dziękuję!



# WARSZTATY, SZKOLENIA, WYKŁADY MENTORING, KONSULTING BIZNESOWY

[WWW.PAULINASMASZCZURZAJEWSKA.COM](http://WWW.PAULINASMASZCZURZAJEWSKA.COM)



# PAULINA SMASZCZ -KURZAJEWSKA

PAULINA SMASZCZ-KURZAJEWSKA  
- mówca motywacyjny, konsultant biznesu

(+48) 505 115 530 | paulina.smaszcz@gmail.com

**f** @paulinasmaszczkurzajewskaofficial

**@** @paulinasmaszczkurzajewska

**in** @paulinasmaszczkurzajewska

[www.paulinasmaszczkurzajewska.com](http://www.paulinasmaszczkurzajewska.com)

SZKOLENIA | WYKŁADY | MENTORING | KONSULTACJE

