

We Make You Grow!

Nasza wiedza wspiera Twój biznes.



Firma szkoleniowa Human Skills

Etykieta i savoir vivre

Opinie o Szkoleniu:

„Praktyczne wskazówki dotyczące elegancji oraz ocena zachowań. Nauczyłam się odpowiednio dobierać szkło do alkoholu oraz postępować z wizytówkami w trakcie biznesowego spotkania. Wiem, jaka jest postawa dżentelmeńska w kwestii równouprawnienia. Ważne było: jak usadzać gości w aucie podczas kolacji służbowej, jak zachować się przy stole, kwestie związane z ubiorem, organizacją spotkań, przyjmowanie klienta międzynarodowego.”

„W ciekawy sposób przedstawione informacje odnośnie zachowania podczas witania się z drugą osobą i przedstawiania się. Materiały szkoleniowe na wysokim poziomie.”

„Bardzo dobre przygotowanie merytoryczne trenera. Jasno przedstawione informacje m.in. dotyczące uścisku dłoni, formy przywitania, jak i zachowania się np.: na bankiecie.”

Grow!



Human Skills

We Make You Grow

ul. Widok 18/2,
00-023 Warszawa

Strona | 1

DLACZEGO WARTO NAM ZAUFAĆ:

- ✓ Gazeta Finansowa przyznała nam wyróżnienie **Firma szkoleniowa roku 2019r. oraz ponownie w 2021r.**
- ✓ Prowadzimy **szkolenia dla firm, administracji i osób prywatnych.**
- ✓ Jesteśmy członkiem **Polskiej Izby Firm Szkoleniowych.**
- ✓ Co roku nasze usługi szkoleniowe są weryfikowane oraz **certyfikowane przez DEKRĘ.**
- ✓ Jesteśmy Firmą Szkoleniową wpisaną do **Rejestru Instytucji Szkoleniowych** przez **Wojewódzki Urząd Pracy w Warszawie** pod numerem 2.14/00243/2014.
- ✓ Jesteśmy firmą współpracującą z Extended DISC, FRIS oraz Insight Discovery. MTQ, ILM 72.
- ✓ Wspieramy Klientów realizując **sesje coachingowe oraz mentoringowe:**
- ✓ Realizujemy projekty oceny **kompetencji AC/DC oraz oceny 360.**
- ✓ **Prowadzimy projekt szkoleniowy dla kobiet – Sukces Kobiety Biznesu.**
- ✓ Tworzymy projekty rozwojowe jak najbardziej **dopasowane do potrzeb naszych Klientów.**
- ✓ **Efektywnie wspieramy edukację** naszych Klientów, aby mogli oni osiągnąć możliwie najwyższą pozycję na konkurencyjnych rynkach.
- ✓ **Udowadniamy uczestnikom szkoleń**, że świadoma praca nad kompetencjami pozwala sprawnie tworzyć potencjał kadrowy pracodawców.



Jako firma cenimy przede wszystkim:

- ✓ Odpowiedzialność za wysoką jakość naszych usług.
- ✓ Szczerść, otwartość i uczciwość w stosunku do Klientów.
- ✓ Pasję z jaką tworzymy nowe projekty rozwojowe.
- ✓ Ciągły rozwój i dążenie do doskonałości.





Human Skills

We Make You Grow

ul. Widok 18/2,
00-023 Warszawa

Strona | 2

OPIS SZKOLENIA

Otwarte szkolenia wizerunkowe poświęcone regułom etykiety oraz elementarnym zasadom *savoir-vivre* to programy szkoleniowe, które pomagają Kursantom przygotować się do różnych istotnych dla ich kariery i życia prywatnego sytuacji. Prezentujemy Uczestnikom warsztatów ważne reguły zachowania się, ubioru i komunikacji oraz trenujemy potrzebne do odpowiedniej autoprezentacji umiejętności w toku praktycznego szkolenia. Wystąpienia publiczne, rozmowa o pracę, awans, prezentacja czy spotkanie biznesowe mogą być momentami o decydującym znaczeniu i torować każdemu z nas drogę do osobistego sukcesu, dlatego tak ważne jest to, by opanować podstawowe zasady, jakimi rządzą się profesjonalna autoprezentacja i wystąpienia publiczne. Szkolenie **„Etykieta i *savoir-vivre*”** w sposób ciekawy i przystępny prezentuje wiedzę o tym, jak należy się zachowywać podczas kolacji służbowej, a jak podczas rodzinnego spotkania. To reguły dotyczące zachowania wobec poszczególnych osób (przełożonych, partnerów zawodowych, klientów, współpracowników, teściów, osób starszych, itp.). Ważne jest nie tylko to, jak się zachowujemy oraz czy przestrzegamy określonych reguł – na etykietę składa się również dopasowany do okoliczności strój, makijaż, gestykulacja, ton głosu, postawa ciała czy nawet uśmiech. Wszystkie te elementy budują nasz wizerunek i pozwalają odnaleźć się w każdej sytuacji, niezależnie czy są to uroczystości rodzinne, spotkania w pracy czy inne wystąpienia publiczne. Kurs otwarty **„Etykieta i *savoir-vivre*”** to szkolenie obowiązkowe dla wszystkich, którzy chcą zawsze profesjonalnie się prezentować i świadomie wykorzystywać potencjał relacji z otoczeniem.

Przygotowany przez nas kurs **„Etykieta i *savoir-vivre*”** to warsztat skoncentrowany na treningu praktycznych umiejętności z takich dziedzin jak etykieta, dobre maniery, sztuka konwersacji, autoprezentacja i kreowanie własnego wizerunku. Szkolenie pozwala Kursantom uczyć się poprzez doświadczanie i działanie, a ćwiczenia pojawiające się w toku warsztatu są dostosowane do sytuacji życiowej i zawodowej Uczestników zajęć. Zaprojektowany przez nas warsztat poświęcony zasadom *savoir-vivre* to również kompleksowy i maksymalnie zindywidualizowany kurs kreowania wizerunku profesjonalisty, człowieka o wysokim poziomie kultury, obeznania ze zwyczajami, konwenansem towarzyskim i regułami życia społecznego. Szczególną uwagę przykładamy właśnie do tego, by program szkolenia oraz jego poszczególne komponenty precyzyjnie odpowiadały rzeczywistym potrzebom szkoleniowym Uczestników zajęć oraz nawiązywały do ich doświadczeń.



Human Skills

We Make You Grow

ul. Widok 18/2,
00-023 Warszawa

Strona | 3

O dobór odpowiednich ćwiczeń, przykładów i treści szkolenia dba każdorazowo doświadczone grono eksperckie – współpracujący z nami trenerzy, którzy od lat z sukcesami prowadzą profesjonalne kursy etykiety, warsztaty *savoir-vivre*, autoprezentacji i szkolenia z kreowania wizerunku.

Serdecznie zachęcamy do zapisu na przygotowany przez nas kurs z etykiety i reguł *savoir-vivre* oraz na pozostałe oferowane przez nas otwarte kursy, które podejmują pokrewną tematykę i zagadnienia takie jak autoprezentacja, kreowanie wizerunku czy sztuka występów publicznych. Szkolenie otwarte **„Etykieta i *savoir-vivre*”** udostępniamy na życzenie naszych Klientów w dwóch dogodnych trybach nauczania jako kurs stacjonarny oraz komfortowe szkolenie zdalne, które pozwala uniknąć kosztów i komplikacji związanych z logistyką i przyjazdem na szkolenie. Kreowanie własnego wizerunku, zachowanie zgodne z normami *savoir-vivre* czy profesjonalną autoprezentację możecie Państwo również trenować z nami, zamawiając projektowane na zamówienie szkolenia zamknięte.

Zapraszamy!



Human Skills

We Make You Grow

ul. Widok 18/2,
00-023 Warszawa

Strona | 4

CELE I KORZYŚCI

Zaprojektowane przez naszych ekspertów szkolenia wizerunkowe poświęcone etykietce i zasadom *savoir-vivre* to nowoczesne i atrakcyjne pod względem formy szkolenia. Wystąpienia publiczne, sposoby zachowania w różnych obyczajowych i zawodowych okolicznościach, dostosowanie stroju, gestykulacji i reakcji do norm kulturowych będziemy wspólnie trenować podczas różnorodnych, aktywizujących ćwiczeń i zadań praktycznych. Trening praktyczny kluczowych dla etykiety i *savoir-vivre* umiejętności uzupełniają będą mini wykłady, których tematami są *bon ton*, kanony towarzyskie, profesjonalna autoprezentacja i wystąpienia publiczne. Szkolenie otwarte **„Etykieta i *savoir-vivre*”** to intensywny trening umożliwiający **opanowanie zasad adekwatnego do sytuacji zachowania się, zarządzania emocjami, kulturalnego komunikowania się i prezentowania, których wymagają mniej lub bardziej oficjalne spotkania i wystąpienia publiczne.** Kurs poświęcony zasadom *savoir-vivre* ma charakter kompleksowego warsztatu, który pozwala Kursantom zrozumieć, jakie zachowania i reakcje uznawane są za dozwolone, czego nie należy robić, by zawsze perfekcyjnie się prezentować, a także, na czym polega świadome kreowanie własnego wizerunku. Szkolenie przygotowane przez naszych trenerów pozwala również wytrenować cenne umiejętności **z zakresu obsługi klientów międzynarodowych, *business protocol*, budowania marki profesjonalisty.** Kurs kreowania wizerunku profesjonalisty, wysokiej kultury i etykiety organizujemy we współpracy z doświadczoną kadrą trenerską, która od lat prowadzi i projektuje warsztaty z *savoir-vivre*, etykiety, komunikacji interpersonalnej, autoprezentacji i profesjonalne szkolenia z kreowania wizerunku. Zapewniamy więc, że trening zamówiony u nas poprowadzą perfekcyjnie przygotowani do swoich zadań eksperci, którzy doskonale wiedzą czym są *business etiquette*, *savoir-vivre*, autoprezentacja i sztuka wystąpień publicznych. Szkolenie **„Etykieta i *savoir-vivre*”** ma przy tym wyjątkowo praktyczny charakter – uczy naszych Kursantów, jak radzić sobie w konkretnych okolicznościach i sytuacjach trudnych, a przykłady czerpiemy z ich dotychczasowych doświadczeń. Oferujemy też naszym Klientom dużą swobodę w zakresie wyboru formy, terminu i miejsca, w którym odbędzie się szkolenie. Kreowanie własnego wizerunku, sztukę autoprezentacji i reguły *savoir-vivre* to tematy, z których szkolimy nie tylko stacjonarnie, ale także w toku przystępnych i ekonomicznych kursów online.



JAKIE KORZYŚCI OFERUJĄ SZKOLENIA WIZERUNKOWE „ETYKIETA I SAVOIR-VIVRE”?

Otwarty kurs **„Etykieta i savoir-vivre”** na charakter praktycznego szkolenia. Wystąpienia publiczne, rauty, bankiety, spotkania biznesowe, oficjalne uroczystości czy rodzinne przyjęcia wymagają od kulturalnej osoby opanowania wielu konkretnych umiejętności i kompetencji związanych z komunikacją, dostosowywaniem zachowania do okoliczności i charakteru spotkania, regułami *dress code* czy etykiety przyjętej przez dane środowisko. W toku zajęć nauczymy się m.in. poprzez praktyczne ćwiczenia, jak unikać *faux-pas*, jak się profesjonalnie zaprezentować, dobrać strój, jak wyglądają profesjonalna autoprezentacja oraz wystąpienia publiczne. Szkolenie z etykiety i *savoir-vivre* wyposaża również Kursantów w rzetelną wiedzę o regułach dostosowania postawy do wymogów sytuacji, charakteru spotkania i różnych typów rozmówców, objaśnia reguły etykiety typowej dla różnych grup społecznych oraz zasady, którymi rządzą się profesjonalne wystąpienia publiczne. Kurs otwarty **„Etykieta i savoir-vivre”** prezentuje także podstawowe techniki, które zorientowane są na świadome kreowanie własnego wizerunku. Szkolenie poświęcone etykietce i *business protocol* rozwija ponadto wiele kompetencji wartościowych w życiu prywatnym i zawodowym, m.in. z zakresu komunikacji, autoprezentacji czy osobistej efektywności.

Otwarte szkolenie „Etykieta i savoir-vivre” wyposaża Kursantów w ekspercką wiedzę o:

- Kulturze osobistej, manierach obowiązujących w świecie zawodowym i poza nim.
- Sposobach niwelowania *faux-pas*.
- Specyfice obsługi klientów międzynarodowych, w tym komunikacji międzykulturowej.
- Zasadach zawodowej elegancji i etykiety – *business protocol*.

Kurs kreowania wizerunku profesjonalisty, zasad *savoir-vivre* i dobrych manier pozwala zdobyć wiedzę konieczną do adekwatnego doboru kanonu zachowań i postaw do konkretnych okoliczności spotkania, jego celu i cech współuczestników, np. pochodzenia, wieku, statusu społecznego itd.



Prezentowany kurs poświęcony etykietce pozwala doskonalić przydatne umiejętności:

- Wykazywania swobodnej, a zarazem profesjonalnej postawy w sytuacjach służbowych.
- Komunikacji interpersonalnej z zachowaniem dobrych manier.
- Kreowania wizerunku profesjonalisty.

Szkolenie **„Etykieta i savoir-vivre”** koncentruje się na najbardziej przydatnych i użytecznych umiejętnościach w zakresie budowania relacji z otoczeniem poprzez zarządzanie dowolną sytuacją społeczną. Kurs zakłada także praktyczne mini szkolenie z kreowania wizerunku.

Kurs z *business protocol* i *savoir-vivre* umożliwi pogłębienie cennych kompetencji związanych z:

- Autoprezentacją.
- Budowaniem relacji służbowych i prywatnych.

Prezentowany kurs pozwala szlifować wartościowe kompetencje z takich dziedzin jak autoprezentacja, relacje społeczne, komunikacja interpersonalna, sztuka wystąpień publicznych. Szkolenie w niezwykle wszechstronny sposób przygotowuje do profesjonalnego wykonywania obowiązków związanych z różnymi profesjami. Kurs **„Etykieta i savoir-vivre”** to także bardzo uniwersalne szkolenie – kreowanie własnego wizerunku, adekwatne zachowania komunikacyjne, kultura osobista i dobre maniery to dziedziny istotne na każdym etapie kariery zawodowej i na każdym stanowisku, niezależnie od branży i charakteru działalności zawodowej.



Human Skills

We Make You Grow

ul. Widok 18/2,
00-023 Warszawa

Strona | 7

PROGRAM SZKOLENIA ETYKIETA I SAVOIR VIVRE – KURS ONLINE

Szkolenia wizerunkowe i kursy z reguł *business protocol* i *savoir-vivre* odbywają się w wirtualnych pokojach stworzonych na przyjaznych w obsłudze platformach typu Clickmeeting czy Zoom. Formuła spotkań zdalnych to wyjątkowo wygodna i sprzyjająca oszczędnościom formuła szkolenia – wystąpienia publiczne, reguły kulturalnej komunikacji i autoprezentacji można podczas warsztatów online poznawać z dowolnie wybranego miejsca i bez konieczności dojeżdżania do firmy szkoleniowej. Podczas kursu zdalnego **„Etykieta i savoir-vivre”** będziemy doskonalić praktyczne zdolności i umiejętności z takich obszarów jak komunikacja interpersonalna, etykieta, *dress code*, dobre maniery, autoprezentacja i wystąpienia publiczne. Szkolenie ma w związku z tym charakter *stricte* warsztatowy, oparty na ćwiczeniach oraz technikach i metodach nauczania zgodnych z założeniami cyklu Kolba i metody ABL (*Activity Based Learning*). W zależności od potrzeb Kursantów uczymy poprzez doświadczenie i działanie m.in. tego, jak efektywnie i adekwatnie do sytuacji zaprezentować się na forum, powitać, nawiązywać kontakt ze współuczestnikami, kulturalnie wypowiadać się, prowadzić wystąpienia publiczne. Kurs **„Etykieta i savoir-vivre”** przybliży również najważniejsze zasady, na których opiera się świadome kreowanie własnego wizerunku. Szkolenie z etykiety i *savoir-vivre* każdorazowo staramy się dostosować do oczekiwań Uczestników danego warsztatu, dlatego każdy przygotowany przez trenerów Human Skills kurs kreowania wizerunku profesjonalisty i reguł kulturalnego zachowania się w różnych okolicznościach rozpoczynamy od weryfikacji potrzeb szkoleniowych Kursantów. Rezultaty przeprowadzonej diagnozy pozwalają nam precyzyjnie dopasować do preferencji grupy szkoleniowej metody nauczania, przykłady i program danego szkolenia z kreowania wizerunku, etykiety i zasad *savoir-vivre*. Zdalne szkolenie **„Etykieta i savoir-vivre”** to jednodniowy kurs, który rekomendujemy jako uzupełnienie innych przygotowanych przez naszych ekspertów warsztatów podejmujących takie tematy jak autoprezentacja, strategia budowania marki osobistej czy sztuka wystąpień publicznych. Szkolenie z etykiety kończy się opracowaniem przez Uczestników warsztatu indywidualnych planów działania uwzględniających obszary wymagające dalszego rozwoju. Na życzenie Uczestników zajęć trener może również w czasie podsumowania kursu zarekomendować Kursantom odpowiednie do ich potrzeb i sytuacji zawodowej uzupełniające szkolenie. Kreowanie własnego wizerunku, reguły *business protocol* i *savoir-vivre* Uczestnicy warsztatu **„Etykieta i savoir-vivre”** mogą dodatkowo omówić z trenerem w czasie nieodpłatnej sesji e-mentoringu dostępnej przez miesiąc po zakończeniu szkolenia. Indywidualne e-konsultacje wymagają ustalenia z ekspertem prowadzącym kurs.



Human Skills

We Make You Grow

ul. Widok 18/2,
00-023 Warszawa

Strona | 8

SZCZEGÓŁOWY PROGRAM SZKOLENIA ONLINE „ETYKIETA I SAVOIR-VIVRE”

Temat szkolenia: Etykieta i *savoir-vivre* – jak budować wizerunek profesjonalisty i uniknąć służbowego *faux-pas*?

Kursy z etykiety, reguł *savoir-vivre* i szkolenia wizerunkowe online to jednodniowe sesje treningowe. Uczestnicy warsztatu otrzymają od nas przed rozpoczęciem zajęć link z dostępem do wykupionego szkolenia. Wystąpienia publiczne, reguły kulturalnego i profesjonalnego zachowania się oraz zdolności komunikacyjne będziemy trenować poprzez różnorodne ćwiczenia na forum grupy i analizy przypadków.

Treningowi konkretnych umiejętności będą towarzyszyły krótkie wykłady prezentujące wiedzę z takich dziedzin jak etykieta, *business protocol*, *dress code*, autoprezentacja i wystąpienia publiczne. Szkolenie „Etykieta i *savoir-vivre*” składa się z 4 teoretyczno-praktycznych modułów trenujących poszczególne, coraz bardziej zaawansowane umiejętności, których opanowania wymagają profesjonalne spotkania biznesowe i różnorodne wystąpienia publiczne. Kurs reguł *savoir-vivre* dopełniają analizy, których tematem jest kreowanie własnego wizerunku. Szkolenie online „Etykieta i *savoir-vivre*” prowadzimy zgodnie z programem dostępnym poniżej. Prezentowany kurs kreowania wizerunku profesjonalisty trwa co najmniej 7 godzin zegarowych. Zajęcia rozpoczynamy diagnozą potrzeb szkoleniowych Kursantów, a jej wyniki mogą mieć wpływ na ostateczną zawartość programu danego szkolenia z kreowania wizerunku, etykiety i zasad *savoir-vivre*. Wszystkim Uczestnikom warsztatu online zapewniamy wysokiej jakości materiały szkoleniowe, których tematem jest etykieta, reguły *savoir-vivre*, autoprezentacja i sztuka wystąpień publicznych. Szkolenie „**Etykieta i *savoir-vivre***” w trybie zdalnym kończy się sporządzeniem przez Kursantów osobistych planów działania definiujących osobiste cele i obszaru do rozwoju.



09:00 – 09:15

Rozpoczęcie szkolenia. Omówienie celów kursu oraz diagnoza potrzeb Uczestników.

09:15 – 10:00

Moduł I. Etykieta i *savoir-vivre* – podstawy

- Kanony budowania wizerunku profesjonalisty.
- Punktualność – umiejętność zarządzania sobą w czasie.
- Powitanie oraz pożegnanie w sytuacjach służbowych zgodnie z zasadą precedencji, czyli kiedy ważniejszy jest szef, a kiedy ważniejszy klient firmy?
- Sposób zwracania się, właściwe tytułowanie.
- Zasady podawania dłoni, ukłonów, pocałunków i pozdrowień.

10:00 – 10:15 Przerwa

10:15 – 12:00

Moduł II. Etykieta i *savoir-vivre* – profesjonalny wizerunek

- Zawodowy kanon ubioru i wyglądu.
- Właściwa postawa i sposób poruszania się (siadanie, wstawanie, sposób stania i chodzenia).
- *Business dress code – business casual*, czyli *savoir-vivre* w ubiorze oraz *smart casual*, czyli jak pogodzić elegancję z wygodą.
- Znaczenie dodatków w stroju.
- Podkreślanie atutów i ukrywanie niedoskonałości w tworzeniu własnego wizerunku.
- Zasady wyboru stroju i makijażu w zależności od pory dnia i okoliczności.
- *Faux-pas* w ubiorze – przegląd najczęstszych potknięć dotyczących komponowania stroju, wyboru fasonu oraz dodatków.

12:00 – 12:40 Przerwa obiadowa



12:40 – 14:15

Moduł III. Etykieta i *savoir-vivre* – sztuka zachowania

- Zasady wymiany wizytówek.
- Zachowanie i postawa w trakcie rozmowy (właściwa gestykulacja, mimika, spojrzenie).
- Zasady zachowania w zależności od miejsca spotkania (praca, wyjazd służbowy, konferencja, teatr, ulica, sklep, wakacje itp.).
- Odpowiedni dobór tematyki rozmowy.
- Sztuka prowadzenia rozmów telefonicznych i korespondencji elektronicznej.
- Grzecznościowe zachowanie w samochodzie (zajęcie odpowiedniego miejsca, rozliczenie za podróż itp.).
- Grzecznościowe zachowania w windzie, na korytarzu itp.

14:15 – 14:30 Przerwa

14:30 – 15:30

Moduł IV. Etykieta i *savoir-vivre* – spotkania

- Wręczenie kart wizytowych i zaproszeń.
- Prezentacja uczestników spotkania.
- Sztuka podejmowania gości.
- Zasady obowiązujące podczas spotkań służbowych.
- Wymogi etykiety przy organizowaniu przyjęć.
- *Business dining*, stołowa etykieta.
- Alkohole (gatunki, wybór, sposób podawania, wznoszenie toastów).
- Prezenty: wybór odpowiedniego i sposób wręczenia partnerowi zawodowemu.
- *Faux-pas* – sztuka unikania uchybień towarzyskich i sposoby niwelowania *faux-pas*.

15:30 – 16:00

Zakończenie kursu. Podsumowanie i wypracowanie osobistej check listy. Rekomendacje trenerskie dla Kursantów dotyczące obszarów do rozwoju – szkolenie: kreowanie własnego wizerunku, kurs z autoprezentacji, sztuki występów publicznych itp.



Human Skills

We Make You Grow

ul. Widok 18/2,
00-023 Warszawa

Strona | 11

PROGRAM SZKOLENIA ETYKIETA I SAVOIR VIVRE – KURS STACJONARNY

Stacjonarne szkolenia wizerunkowe i kursy z etykiety organizujemy na terenie naszego warszawskiego centrum szkoleniowego zlokalizowanego w samym sercu stolicy. W naszej siedzibie zapewniamy Kursantom doskonałe warunki do treningu i szkolenia – wystąpienia publiczne, zachowanie reguł *business protocol* i *savoir-vivre* można trenować z nami w życzliwej i pełnej wsparcia atmosferze, pod fachową opieką doświadczonych trenerów, których specjalnością są komunikacja społeczna, etykieta, autoprezentacja i wystąpienia publiczne. Szkolenie **„Etykieta i savoir-vivre”** realizowane w trybie stacjonarnym to teoretyczno-praktyczny kurs zaprojektowany w pełnej zgodzie z regułami cyklu Kolba i wytycznymi modelu *Activity Based Learning*, podczas którego Uczestnicy warsztatu będą mieli okazję doskonalić umiejętności kluczowe dla efektywnego zarządzania relacjami w biznesie i poza nim, w tym m.in. właściwe tytułowanie, przestrzeganie zasad precedencji, umiejętność dostosowania zachowania, ubioru i komunikacji do okoliczności, umiejętność prowadzenia profesjonalnych rozmów telefonicznych i mailowych. Będziemy również trenować kompetencje niezbędne do budowania profesjonalnego wizerunku poprzez zgodne z etykietą podejmowanie gości, stosowną autoprezentację i wystąpienia publiczne. Kurs z reguł *savoir-vivre* zmierza również do opracowania przez Kursantów i wdrożenia indywidualnych planów działania, których tematem jest świadome kreowanie własnego wizerunku. Szkolenie stacjonarne poświęcone zasadom etykiety trwa 1. dzień. Prezentowany kurs kreowania wizerunku profesjonalisty **„Etykieta i savoir-vivre”** w standardowej wersji złożony jest z 4 modułów. Ostateczny kształt programu danego kursu może jednak ulec modyfikacji, jeśli taką konieczność ujawni diagnoza potrzeb Uczestników konkretnego szkolenia z kreowania wizerunku i etykiety. Warsztat **„Etykieta i savoir-vivre”** może być realizowany jako samodzielny kurs lub jako uzupełnienie innych przygotowanych przez naszych ekspertów programów szkoleniowych, których tematem jest autoprezentacja, *personal branding* czy sztuka występów publicznych. Szkolenie z *business protocol* i *savoir-vivre* zapewnia ponadto Kursantom dostęp do dodatkowych, bezpłatnych e-konsultacji z trenerem prowadzącym szkolenie. Kreowanie własnego wizerunku i szczegółowe zasady etykiety Uczestnicy kursu mogą omawiać z ekspertem na specjalnych sesjach e-mentoringu w ciągu 30 dni od chwili ukończenia szkolenia (po ustaleniu z trenerem).



Human Skills

We Make You Grow

ul. Widok 18/2,
00-023 Warszawa

Strona | 12

RAMOWY PROGRAM STACJONARNEGO SZKOLENIA „ETYKIETA I SAVOIR-VIVRE”

Kurs: Etykieta i *savoir-vivre* – jak budować wizerunek profesjonalisty i uniknąć służbowego *faux-pas*?

Stacjonarne szkolenia wizerunkowe i warsztaty z etykiety trwają 1. dzień, a organizowane są w naszym centrum szkoleniowym zlokalizowanym w Warszawie. Kurs **„Etykieta i *savoir-vivre*”** realizujemy zgodnie z harmonogramem widocznym w dostępnym poniżej programie szkolenia.

Wystąpienia publiczne, etykiety i dobre maniery możemy jednak w toku warsztatu trenować w odmienny sposób, jeśli taką konieczność wykaże diagnoza potrzeb szkoleniowych Kursantów przeprowadzona na początku zajęć. Treningowi praktycznych umiejętności z zakresu *savoir-vivre* towarzyszyć będą eksperckie wykłady prezentujące wiedzę z takich obszarów jak komunikacja interpersonalna, etykieta, *business protocol*, *dress code*, autoprezentacja i wystąpienia publiczne.

Szkolenie stacjonarne poświęcone regułom stosownego zachowania się budują 4 moduły wzbogacone adekwatnymi do danego zagadnienia ćwiczeniami doskonalącymi umiejętności, których opanowania wymagają profesjonalnie prowadzone spotkania biznesowe, prezentacje, uroczystości i wystąpienia publiczne. Kurs **„Etykieta i *savoir-vivre*”** trwa 7 godzin z przerwami. Wszystkim osobom zapisanym na stacjonarny kurs kreowania wizerunku i etykiety zapewniamy poczęstunek serwowany w czasie przerwy śniadaniowej, obiad przygotowany przez jedną z lokalnych restauracji, a także pakiet starannie opracowanych materiałów szkoleniowych, których tematem jest komunikacja, etykieta, *business protocol* i *savoir-vivre* oraz sztuka występów publicznych. Szkolenie kończy się przygotowaniem przez Uczestników kursu indywidualnych planów działania oraz zdefiniowaniem osobistych celów dalszego rozwoju.



09:00 – 09:15

Rozpoczęcie kursu. Weryfikacja potrzeb szkoleniowych Kursantów i zdefiniowanie celów szkolenia.

09:15 – 10:00

Moduł I. Etykieta i *savoir-vivre* – podstawy

- Budowanie wizerunku profesjonalisty – kanony.
- Umiejętność zarządzania sobą w czasie, czyli punktualność.
- Zgodne z zasadą precedencji powitanie oraz pożegnanie w sytuacjach służbowych, czyli kiedy ważniejszy jest klient firmy, a kiedy szef?
- Właściwe tytułowanie i odpowiedni sposób zwracania się do rozmówców i gości.
- Reguły podawania dłoni, ukłonów, pocałunków i pozdrawiania.

10:00 – 10:15 Przerwa

10:15 – 12:00

Moduł II. Etykieta i *savoir-vivre* – profesjonalny wizerunek

- Służbowy kanon wyglądu i ubioru.
- Odpowiednia postawa i sposób poruszania się (wstawanie, siadanie, sposób chodzenia i postawa podczas stania).
- *Business dress code – business casual*, czyli *savoir-vivre* w ubiorze oraz *smart casual*, czyli jak pogodzić elegancję z wygodą.
- Dobór i znaczenie dodatków w ubiorze.
- Ukrywanie niedoskonałości i eksponowanie atutów w kreowaniu osobistego wizerunku.
- Reguły doboru makijażu i stroju do okoliczności i pory dnia.
- *Faux-pas* w ubiorze – przegląd często spotykanych potknięć w komponowaniu stroju, doborze fasonu i dodatków do ubioru.

12:00 – 12:40 Przerwa na obiad



12:40 – 14:15

Moduł III. Etykieta i *savoir-vivre* – sztuka zachowania

- Wymiana wizytówek – zasady.
- Postawa i zachowanie podczas rozmowy (spojrzenie, mimika, właściwa gestykulacja).
- Reguły zachowania w zależności od miejsca spotkania (praca, konferencja, wyjazd służbowy, teatr, sklep, wakacje, ulica itp.).
- Dobór tematyki rozmowy.
- Sztuka prowadzenia korespondencji elektronicznej i rozmów telefonicznych.
- Stosowne zachowanie w samochodzie (zajęcie właściwego miejsca, rozliczenie kosztów podróży itd.).
- Grzecznościowe zachowania na korytarzu, w windzie itp.

14:15 – 14:30 Przerwa

14:30 – 15:30

Moduł IV. Etykieta i *savoir-vivre* – spotkania i wystąpienia

- Wręczenie zaproszeń i kart wizytowych.
- Prezentacja gości i uczestników spotkania.
- Sztuka podejmowania gości.
- Reguły obowiązujące w czasie służbowych spotkań.
- Wymogi etykiety podczas organizowania przyjęć i uroczystości.
- Stołowa etykieta, *business dining*.
- Prezenty: wybór odpowiedniego i sposób wręczenia partnerowi zawodowemu.
- Alkohole (gatunki, wybór, sposób podawania, wznoszenie toastów).
- Sztuka unikania uchybień towarzyskich i sposoby niwelowania *faux-pas*.

15:30 – 16:00

Zakończenie szkolenia. Powtórzenie najważniejszych wiadomości i przygotowanie osobistej check listy przez Kursantów. Rekomendacje trenera dotyczące obszarów do rozwoju ujawnionych w toku zajęć – szkolenie: kreowanie własnego wizerunku, kurs poświęcony sztuce wystąpień publicznych, warsztat z autoprezentacji itp.



Human Skills

We Make You Grow

ul. Widok 18/2,
00-023 Warszawa

Strona | 15

INFORMACJE ORGANIZACYJNE

Cena i terminy ([link](#))

Szkolenie online:

Cena zawiera:

- Materiały szkoleniowe w pdf.
- Certyfikat odbycia szkolenia.
- Możliwość odbycia e-mentoringu po odbyciu szkolenia (po ustaleniu z trenerem).

Jak się przygotować do uczestnictwa w szkoleniu otwartym online?

- Szkolenie odbywa się na platformie Clikmeeting lub Zoom. Nie musisz nic instalować. Udział w szkoleniu jest możliwy za pośrednictwem komputera, laptopa oraz telefonu komórkowego.
- Przed udziałem w szkoleniu otrzymasz link do pokoju online.
- Przed szkoleniem sprawdź czy działają Ci głośniki oraz czy masz aktywną kamerę (może się przydać).
- Przygotuj sobie notatnik oraz długopis.
- Logując się na szkolenie, skorzystaj z przeglądarki Google Chrome lub Firefox.
- Sprawdź jak się przygotować technicznie ([więcej informacji](#)).

Szkolenie otwarte stacjonarne:

Cena szkolenia otwartego stacjonarnego zawiera:

- Realizację szkolenia w kamienicy, w centrum Warszawy ([zobacz nasze biuro](#)) lub w wybranej sali szkoleniowej w Warszawie z dostosowaniem do potrzeb osób niepełnosprawnych.
- Przerwę kawową premium (kawa z ekspresu i nie tylko; wybór herbat; napoje; owoce; przekąski) oraz obiad w pobliskiej restauracji. Jeżeli jesteś na szczególnej diecie, zgłoś nam to proszę przed szkoleniem.
- Pakiet szkoleniowy (materiały szkoleniowe, teczka, notatnik, długopis).
- Certyfikat odbycia szkolenia.
- Możliwość odbycia e-mentoringu po odbyciu szkolenia (po ustaleniu z trenerem).

Jak się przygotować do uczestnictwa w szkoleniu stacjonarnym?

- Szkolenie odbywa się w godzinach 9:00–16:00 – zapraszamy Cię już około godziny 8:45.
- W trakcie szkolenia będą przerwy kawowe i jedna dłuższa obiadowa.
- Szkolenie odbywa się z biurze firmy Human Skills, ul. Widok 18/2 w samym centrum Warszawy. Jeżeli wybierasz się do nas samochodem, weź pod uwagę, że jest to centrum i strefa płatnego parkowania.

