

Planer kompas rozwoju biznesu

Pytania, plan, podsumowania - dla lepszej efektywności i osiągnięcia zamierzonych celów



Jak korzystać z planera rozwoju biznesu?

Ten planer to część zestawu narzędzi, które stworzyłam, aby pomóc Tobie oraz Twojej firmie w wydobyciu potencjału, wsparcia rozwoju, lepszej efektywności, a tym samym w zwiększeniu zadowolenia ze swojej pracy. Wierzę bowiem, że przede wszystkim praca nad sobą oraz skuteczne planowanie i ustalanie priorytetów daje ogrom satysfakcji i dodaje skrzydeł w każdym niemal działaniu. Szczególnie zaś w biznesie.

Ten planer możesz wykorzystać w budowaniu swojej marki, ale i we współpracy z klientami i rozwoju ich biznesów. Pamiętaj jednak, żeby nie mieszać różnych marek ze sobą. Planer więc możesz drukować tyłokrotnie, ile razy tylko masz potrzebę.

Znajdziesz tu pytania, podsumowania oraz miejsce na zaplanowanie działań na tydzień, miesiąc, a nawet cały rok w swoim biznesie. Od Ciebie zależy, jak podejdziesz do tego zadania.

Jak korzystać z planera?

Skup się na danym temacie. Odtóż rozpraszacze. Wyłącz telefon. Znajdź kilka / kilkanaście minut tylko dla siebie.

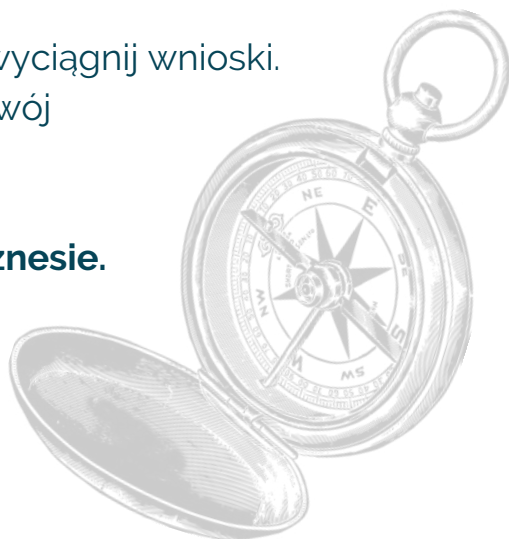
Weź na tapet wybrany obszar. Nie próbuj usprawniać wszystkiego jednocześnie. Wybierz np. media społecznościowe. Zastanów się, jak wyglądały dotychczasowe działania w tym temacie. Co trzeba usprawnić? Kto Cię inspiruje? Co Ci się podoba, a co nie? Co przyniosło efekt i jaki, a co było kompletną stratą energii?

Skup się na kolejnych pytaniach ode mnie i wyciągnij wnioski. Dodaj sobie skrzydeł, a tym samym rozwiń swój biznes oraz markę osobistą.

Potraktuj ten planer jak **kompas w swoim biznesie**.

Powodzenia!

Ela Wołoska



Oś czasu - biznes

Określ najważniejsze wydarzenia minionego roku w sferze biznesu i kariery.
Wszystkie kluczowe chwile, które się wydarzyły i miały na Ciebie znaczący wpływ.
Nie zagłębiaj się w szczegóły. Tutaj jest miejsce na uogólnienie tych wydarzeń..

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Oś czasu - relacje i wydarzenia osobiste

Określ najważniejsze wydarzenia minionego roku w obszarze osobistym - rodzinie, relacjach...
Wszystkie kluczowe chwile, które się wydarzyły i miały na Ciebie znaczący wpływ.
Nie zagłębiaj się w szczegóły. Tutaj jest miejsce na uogólnienie tych wydarzeń..

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Podsumowania, obserwacja

Co Ci się szczególnie w ostatnim czasie udało?

Czego nie udało Ci się zrealizować? Jakie plany nie wypaliły?

Jakie wnioski Ci się nasuwają?

Podsumowania

Co okazało się dla Ciebie najtrudniejsze?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Jakie osiągnięcie było dla Ciebie największe, najważniejsze?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Co udało Ci się zrealizować? Co warto świętować i celebrować?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Jaki jest Twój stopień zadowolenia z osiągnięć z ostatniego roku?

.....

.....

.....

.....

.....

Podsumowania

Jakich planów nie udało Ci się zrealizować?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Dlaczego?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Wypisz wszystkie rzeczy, które przeszkodziły Ci w ich realizacji.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Co możesz zmienić, by zrealizować te cele?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

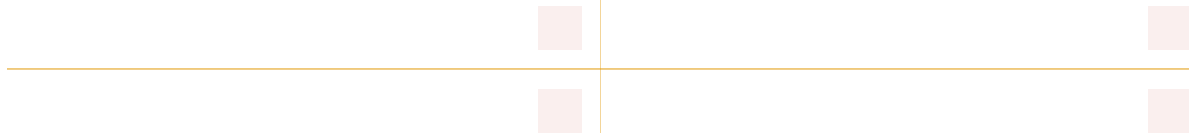
.....

Podsumowanie roku

Wypisz wszystkie najważniejsze rzeczy, które Ci się przydarzyły. W szarym polu przy każdej z kategorii oceń stopień swojego zadowolenia w skali od 1 do 10, gdzie 1 oznacza brak zadowolenia, a 10 bardzo duże zadowolenie.

Rodzina

Biznes, kariera



Finanse

Ciało, zdrowie

Podsumowanie roku

Wymień wszystko, co ważnego przydarzyło Ci się w danym obszarze.
W prawym dolnym rogu oceń od 1 do 10, jak bardzo jesteś zadowolona z perspektywy ostatniego roku.

Rozwój osobisty

Znajomi i przyjaciele

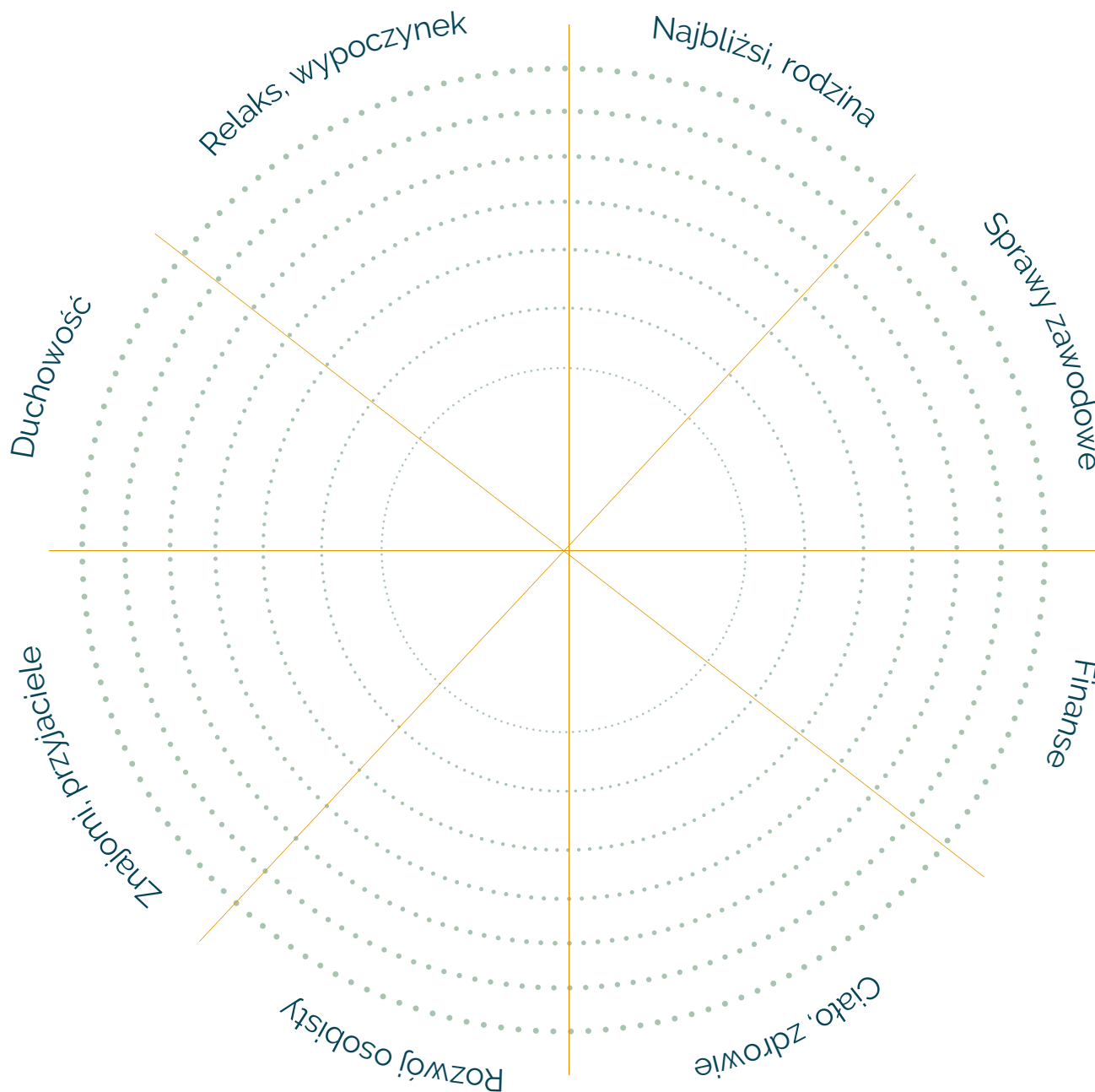
Rozwój osobisty	Znajomi i przyjaciele
Relaks, wypoczynek	Duchowość, rozwój wewnętrzny

Relaks, wypoczynek

Duchowość, rozwój wewnętrzny

Koło życia

Oceniłeś już swoje zadowolenie? Teraz przenieś te oceny na koło życia.



Podsumowania, obserwacja - biznes

Co chcesz zmienić w swoim biznesie?

.....

.....

.....

.....

.....

Dlaczego chcesz to zmienić?

.....

.....

.....

.....

.....

Jak organizujesz sobie pracę?

.....

.....

.....

.....

.....

Czy uważasz, że działasz efektywnie?

.....

.....

.....

Jak możesz podnieść swoją efektywność?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Podsumowania, obserwacja - biznes

Czy delegujesz zadania? Czy wiesz, jak może to wpłynąć na Twój biznes? Delegując część zadań, nie tylko uwolnisz swój czas, ale i zaczniesz lepiej skalować swój biznes.

Czy są rzeczy związane z Twoim biznesem, których nie czujesz, nie potrafisz i chciałabyś je oddelegować?

Co Cię przed tym powstrzymuje?

Podsumowania, obserwacja - biznes

Stwórz plan działania. Rozpisz te zadania, które uwielbiasz i chcesz robić, oraz te, które chcesz oddelegować. Ile czasu one Ci zajmują?

✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	

Jaki budżet możesz przeznaczyć?

Ile czasu zajmują Ci zadania, które chciałabyś oddelegować?

Podsumowania, obserwacja - biznes

Skąd bierzesz pomysły na swoje treści? Gdzie szukasz inspiracji?

Gdzie jeszcze możesz szukać inspiracji?

Jakie wydarzenia dnia codziennego są/mogą być dla Ciebie inspiracją?

Twój plan - biznes i kariera

- ✓ Podziel się contentem min. raz w miesiącu (blog, podcast)
- ✓ Ustal, który produkt będziesz promowała w tym miesiącu.
- ✓ Zaplanuj treści do social mediów.
- ✓ Napisz newsletter.

Content

Jak często planujesz publikować?

.....

.....

.....

.....

.....

O czym chcesz pisać/mówić?

.....

.....

.....

.....

.....

Czy są tematy, o które szczególnie dopytują Twoi czytelnicy?

.....

.....

.....

.....

.....

Wypisz kilka pomysłów na wpisy/podcasty.

- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓

Twój plan - biznes i kariera



Newsletter

Ustal stały dzień tygodnia wysyłki newslettera.

Godzina wysyłki.

Lista tematów do newslettera.

Jakie zagadnienia chcesz poruszyć?

Twój plan

Social Media

Święta/ważne daty, o których warto wspomnieć w postach.

Ile postów tygodniowo będziesz publikować?

Na jakich kanałach chcesz publikować?

Wypisz najważniejsze hashtagi dla Twojego biznesu.

Twoje wartości

Przede wszystkim zastanów się co jest dla Ciebie ważne. Zweryfikuj jak udaje Ci się zadbać o swój komfort psychiczny, pielęgnować to, co jest istotne.

Z doświadczenia wiem, że brak równowagi w naszej hierarchii wartości powoduje zachwiania na wielu polach, w tym w biznesie.

Określając jasno na czym Ci zależy, poznając siebie będzie Ci też łatwiej docierać do osób, które są podobne, które mają podobne ideały.

Zaczynij od siebie

W codziennym pędzie zapominamy o sobie. Często naginamy swoje potrzeby, lub całkowicie z nich rezygnujemy. Czasami zgadzamy się na współpracę z osobami, które nas nie szanują, lub wymagają zbyt wiele. Wykonujemy zadania, które nas nie rozwijają, są poniżej naszych umiejętności. Zdarza się nawet, że podejmujemy działania za znacznie niższe stawki niż zasługujemy.

Dlaczego?

Bo zapominamy co jest ważne. Zapominamy, że nie można tłumaczyć zaniżania standardów ze względu na potrzebę kolejnego zlecenia. Że nie można tłumaczyć kiepskich relacji strachem przed utratą klienta.

Przeanalizuj więc jeszcze raz swoje potrzeby, wartości i priorytety.

Wracaj do tego co jakiś czas i patrz, co się udało a co nie. Asertywność, umiejętność komunikacji, stawianie jasnych granic da się wypracować.

Ba! Możliwym jest nauczenie się słuchania intuicji i wyczuwania co jest spójne z nami a co nie.

Zrób poniższe ćwiczenia i naucz się łączyć wartości z profesjonalizmem oraz wykonywaniem zadań dla klienta, ale też i w swoim biznesie.

Powodzenia!



Twoje wartości

Jakie są Twoje wartości? Co jest ważne dla Ciebie?

Zaczynij od spraw duchowych, osobistych, emocji (np. dzieci, mąż, religia...)

Jakie wartości są dla Ciebie istotne w kontekście współpracy z klientem?

Pomyśl, co jest ważne dla Ciebie, co przeszkadzałoby albo ułatwiło wspólne działania oraz komunikację (np. poglądy polityczne, zwierzęta, podobne hobby)

Co jest Ci zupełnie obojętne?

Pomyśl, jakie wartości, priorytety czy cechy są Ci obojętne we współpracy (np. poglądy polityczne, wiara)

Twoje wartości

Jak do tej pory komunikowałaś o tych tematach? Jak można było poznać, że coś jest dla Ciebie bardzo istotne?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Których tematów nigdy nie poruszałaś publicznie?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Co chcesz zmienić?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Wartości vs. obecność w mediach

Pamiętaj!

Łatwiej będzie Ci docierać do osób, które podzielają Twoje wartości, jeśli najpierw sama je poznasz.

Bądź autentyczna

Nie ma ludzi idealnych ani takich, którzy nie popełniają błędów. Pokazuj swoje sukcesy - to oczywiste, ale daj się poznać z drugiej strony.

Pokaż, że też jesteś tylko człowiekiem i zdarzają Ci się chwile zwątpienia, gorsze momenty, czy potknięcia - one są częścią Twojej autentyczności.

Zminimalizuj dystans

Pokaż prawdziwą siebie, a dowiesz się, co naprawdę ludzie myślą o Twoim biznesie. Jak? Rób transmisje na żywo, prowadź dyskusje, odpowiadaj na pytania i sama je też zadawaj.

We współpracy z klientami nie bój się mówić o potrzebach, np. że potrzebujesz odpoczynku.

Zadbaj o atmosferę

Zadbaj o pozytywną atmosferę na swoich kanałach i we współpracy. Daj poczucie bezpieczeństwa zarówno sobie jak i swoim odbiorcom.

Dziel się contentem, dawaj wartość

Dzieląc się wiedzą i doświadczeniem, rób to w sposób atrakcyjny dla odbiorcy. Obserwuj, jakie są aktualne trendy, inspiruj się tym, co Tobie się podoba i twórz.

Liczysz się Ty

Stockowe grafiki są ok, ale odbiorcy chcą zobaczyć też Ciebie. Nie chowaj się, "wyjdź" do świata.

Pamiętaj o systematyczności

Działając systematycznie przyzwyczaisz swoich odbiorców do terminów publikacji swoich treści. Spraw, by oczekiwali Twoich treści postów, wpisów, newslettera. We współpracy z klientem bądź responsywna. Ty też możesz dawać feedback.

Wartości

Jakimi wartościami chcesz się dzielić?

- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓

Jak chcesz się nimi dzielić?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Na jakich kanałach chcesz działać?

.....

.....

.....

.....

.....

Jaka jest Twoja misja?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Wartości - rodzina

Jaką rolę pełni dla Ciebie rodzina? Wybierz maksymalnie 3 odpowiedzi.

- Spędzanie razem czasu i dobra zabawa
- Wsparcie i pomoc
- Przekazanie tradycji
- Zapewnienie bezpieczeństwa
- Rodzina ma nauczyć mnie, jak funkcjonować w świecie
- Dzięki rodzinie nie czuję się samotna
- Rodzina jest źródłem szczerzej i konstruktywnej krytyki
- Dzięki mojej rodzinie czuję się potrzebna
- Rodzina ma za zadanie przygotować nas do życia i usamodzielniać

Oceń swoje relacje z rodziną i bliskimi. Wypisz członków swojej najbliższej rodziny i określ stopień satysfakcji z więzi, która jest pomiędzy Tobą a poszczególnymi osobami (skala od 1 do 5).

Wartości - rodzina

Co lubisz robić z rodziną? Jak wspólnie spędzacie czas?

- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓

Jak dbasz o relacje z najbliższymi, z rodziną?

- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓



Wartości - biznes i kariera

	Zdecydowanie się zgadzam	Raczej się zgadzam	Trudno powiedzieć	Raczej się nie zgadzam	Zdecydowanie się nie zgadzam
Praca powinna dawać satysfakcję.	☐	☐	☐	☐	☐
Praca to przede wszystkim źródło dochodu.	☐	☐	☐	☐	☐
Kariera zawodowa jest dla mnie bardzo ważna	☐	☐	☐	☐	☐
Praca nie jest najważniejsza. Ta część mojego życia toczy się w tle.	☐	☐	☐	☐	☐
Tylko w pracy czuję się spełniona. To ona napędza mnie energią do działania.	☐	☐	☐	☐	☐
Tylko dawanie z siebie wszystkiego przynosi mi satysfakcję z pracy.	☐	☐	☐	☐	☐
To właśnie w pracy czuję się potrzebna.	☐	☐	☐	☐	☐
Lubię pracować sama.	☐	☐	☐	☐	☐
Najważniejszy jest zgrany zespół.	☐	☐	☐	☐	☐
Satysfakcja z pracy? Praca ma być jedynie źródłem dochodu.	☐	☐	☐	☐	☐

Wartości - finanse

Twoja relacja z pieniędzmi - poza codziennymi wydatkami — na co jeszcze są Ci potrzebne pieniądze?

✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	
✓	

Wybierz odpowiedzi, które najlepiej opisują Twoją sytuację finansową.

- ☐ Stać mnie na wszystko, co potrzebne. Odkładam również na przyszłość.
- ☐ Stać mnie na wszystko, co potrzebne. Udaje mi się również odkładać oszczędności. Nie są to jednak duże kwoty.
- ☐ Wystarcza mi na moje regularne potrzeby, ale nie jestem w stanie nic odłożyć.
- ☐ Wystarcza mi z miesiąca na miesiąc, ale muszę się mocno namęczyć, żeby mi się to udało.
- ☐ Często zaczynam miesiąc z długiem (mniejszym lub większym).
- ☐ Żyję na kredyt i mam problem z jego spłatą. Wszystko wydaję na bieżące potrzeby.

Wartości - finanse

Na co, według Ciebie warto odkładać pieniądze?

- ☐ Nie warto odkładać
- ☐ Podróże
- ☐ Inwestycję
- ☐ Przyszłość
- ☐ "Czarną godzinę"
- ☐ Rozwój
- ☐ Remont
- ☐
- ☐

Co robisz z nadmiarem pieniędzy?

- ☐ Po prostu "są" na koncie
- ☐ Trafiają na konto inwestycyjne
- ☐ Inwestuję
- ☐ To mnie nie dotyczy
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

Na co chcesz zaoszczędzić? Jaka jest realna miesięczna kwota, którą możesz na to przeznaczyć?

.....

.....

.....

.....

Wartości - zdrowie

Wybierz po jednej odpowiedzi z każdej kategorii.

Badania

- ☐ Wykonuję regularne badania okresowe. Nawet gdy nic mi nie dolega.
- ☐ Badania wykonuję tylko wtedy, gdy czuję się źle, bądź zaleci mi je lekarz.
- ☐ Nie widzę potrzeby wykonywania badań okresowych.

Sen

- ☐ Śpię od 7 do 9 godzin
- ☐ Śpię od 6 do 7 godzin
- ☐ Śpię mniej niż 6 godzin

Odżywianie

- ☐ Stawiam na zdrową i zbilansowaną dietę. Odżywiam się bardzo dobrze.
- ☐ Zazwyczaj staram się odżywiać zdrowo.
- ☐ Nie zwracam uwagi na to, co jem. Jem to, co lubię i na co mam ochotę.
- ☐ Odżywiam się niezdrowo.

Aktywność fizyczna

- ☐ Regularnie uprawiam sport. Stawiam na aktywność.
- ☐ Staram się ćwiczyć systematycznie. Przynajmniej kilka razy w tygodniu.
- ☐ Miewam okresy, gdy ćwiczę regularnie. Po czym przez dłuższy czas nie uprawiam sportu.
- ☐ Nie uprawiam sportu. Prowadzę jednak aktywny tryb życia. Jestem w stałym ruchu.
- ☐ Nie uprawiam sportu i nie prowadzę aktywnego trybu życia..

Jaki jest Twój poziom satysfakcji? Oceń go w skali od 1 do 5.

Badania

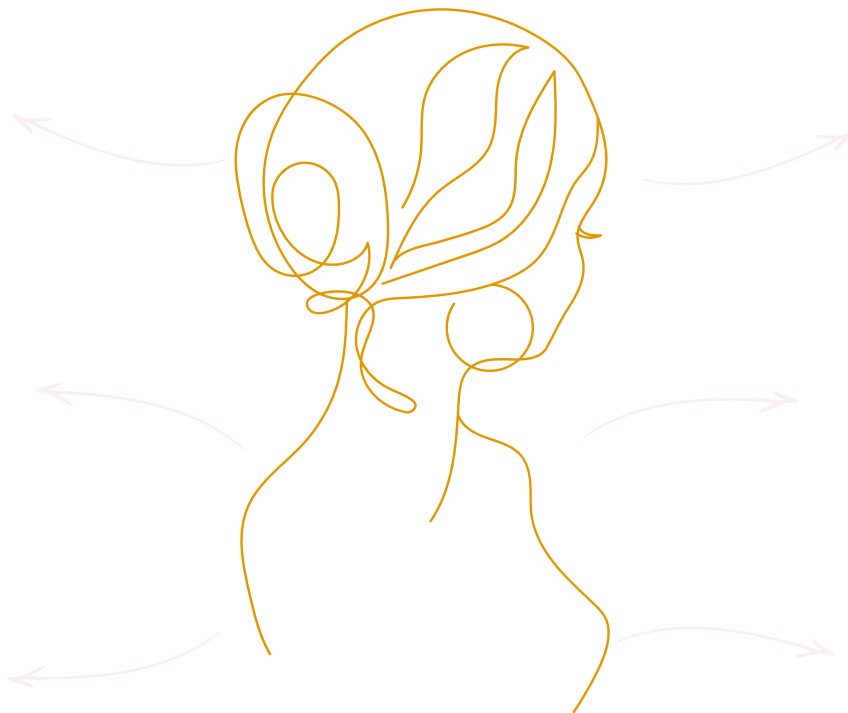
Odżywianie

Sen

Aktywność fizyczna

Wartości - zdrowie

Twoje ciało daje Ci znać. Mówi, jak się czuje, czy jest mu dobrze. Jak sądzisz, co mówi do Ciebie?



Na jakie czynności miałyby pozwalać Ci Twoje ciało, gdy będziesz miała 60 - 70 lat?

Wartości - przyjaciele i znajomi

Jaką według Ciebie rolę pełnią przyjaciele, znajomi?

- Nie czuję się samotna
- Dają mi poczucie, że mam o kogo się troszczyć
- Spędzam z nimi miło wspólny czas
- Mogę na nich liczyć w każdej chwili
- Czuję się ważna, potrzebna
- Dają mi pomoc i wsparcie
- Pomagają mi w osiągnięciu zamierzonych celów
- Dają mi poczucie przynależności
- Dzięki nim mogę sprawnie funkcjonować w otoczeniu

W jaki sposób dbasz o relacje z ludźmi?

Wartości - przyjaciele i znajomi

Zachowania i cechy osobowości - jakie cenisz najbardziej?



Wartości - przyjaciele i znajomi

Przy kim czujesz się szczęśliwa? Wypisz te osoby.

- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓



Wartości - rozwój w biznesie i osobisty

Jakie umiejętności rozwijasz lub jeszcze do niedawna rozwijałaś?

Jakie umiejętności, czy zainteresowania chciałabyś zacząć rozwijać?

Wartości - rozwój w biznesie i osobisty

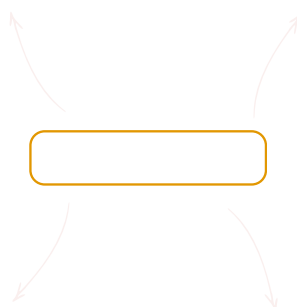
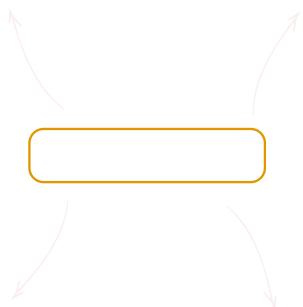
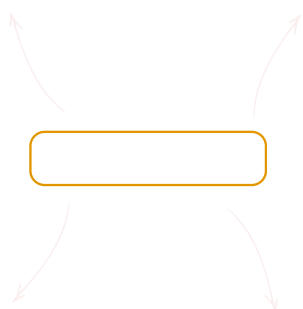
Czy znasz swoje mocne strony? Wypisz je. Zapytaj bliskich, w czym według nich jesteś dobra.



Jak Twoje mocne strony wpływają na Twoją codzienność? Jak je wykorzystujesz?

Wartości - rozwój w biznesie i osobisty

Jakie są Twoje marzenia? Napisz, jakie kroki możesz podjąć, by je osiągnąć.



Wartości - duchowość

Jak rozumiesz "duchowość"?

W jakich momentach czujesz, że Twoje życie ma znaczenie?

Jakimi sposobami rozwijasz się duchowo?

- Zaskakuję się w spokojnym miejscu, gdzie będę miała przestrzeń na przemyslenia
 - Chodzę na spacer
 - Zagłębiaję się w wiarę, religię
 - Medytuję, wyciszam się
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -
 -

Wartości - wypoczynek i rozrywka

Co robisz, by sprawić sobie radość? Na jakie przyjemności sobie pozwalasz?

- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓



Wartości - wypoczynek i rozrywka

Twoje wymarzone wakacje:

Jesteś w...

This image shows a full page of dot grid paper. The background is white, and it is covered with a regular pattern of small, dark grey dots. The dots are arranged in straight horizontal and vertical rows, creating a grid-like appearance. There are no margins, text, or other markings on the page.

Robisz...

This image shows a full page of dot grid paper. The dots are arranged in a precise, repeating pattern across the entire surface, forming a grid that can be used for writing, drawing, or planning. The dots are small and dark, set against a plain white background.

Widzisz...

This image shows a full page of dot grid paper. The background is white, and it is covered with a regular pattern of small, light gray dots. The dots are arranged in straight horizontal and vertical rows, creating a grid-like appearance. There are no margins, text, or other markings on the page.

Czujesz się...

[illegible]

Wartości - wypoczynek i rozrywka

Wypisz wszystko to, co kojarzy Ci się ze słowem "przyjemność".



Wartości - wypoczynek i rozrywka

Co byś zrobiła, gdybyś miała teraz wolną godzinę? Godzinę na rzeczy, które chciałabyś zrobić. Niech to nie będzie nic związanego z pracą ani zobowiązaniami. To jest godzina dla Ciebie.



Pomysły i plany

Co chcesz osiągnąć w następnym roku? Wypisz wszystkie pomysły, jakie przychodzą Ci do głowy. Napisz, czego pragniesz.

Pomysły – czyli wszystko to, co pragniesz osiągnąć w kolejnym roku

Motywacja

Zastanów się i napisz, dlaczego akurat ten pomysł jest ważny do tego stopnia, że chciałabyś go zrealizować w najbliższym czasie.

Czy Twoja lista z poprzedniej strony zmieniła się po tej analizie?

Cele ostateczne

Wybierz kilka celów, które chcesz osiągnąć w najbliższym czasie. Im mniej celów tym lepiej. Ale nie ograniczaj się też do jednego!

Twoje cele na ten rok:

Cele — zadania

Wiesz już, co chcesz osiągnąć. Wybierz najbliższe kilka zadań i zastanów się, jak chcesz to zrobić. Krok po kroku. Wypisz wszystkie te elementy, które pomogą Ci w osiągnięciu tych planów.

1.

2.

Cele — zadania

3.

4.

Cele — zadania

5.

6.

Cele — zadania

7.

8.

Priorytety - kwartał

	I kwartał	styczeń, luty, marzec
	II kwartał	kwiecień, maj, czerwiec
	III kwartał	lipiec, sierpień, wrzesień
	IV kwartał	październik, listopad, grudzień

Priorytety - rok

Styczeń

Luty

Marzec

Kwiecień

Maj

Czerwiec

Priorytety - rok

Lipiec

Sierpień

Wrzesień

Październik

Listopad

Grudzień

Podsumowanie miesięczne

Miesiąc:

Moje sukcesy

Muszę poprawić...

Notatki

Podsumowanie kwartalne

miesiąc 1

miesiąc 2

miesiąc 3

Co zrobiłaś zgodnie z planem?

Podjęłaś pierwsze kroki, ale
nie udało się skończyć

Czego nie zrobiłaś?

Co sprawiło, że jesteś
zadowolona?

Czy wydarzyło się coś
nieoczekiwanego?

W jaki sposób to wydarzenie
wpłynęło na Ciebie?

Na czym chcesz się teraz
skupić?

Jaki jest Twój mały sukces?

Czy jest coś, z czego
postanawiasz zrezygnować?

Notatki



Akademia **Zdalna**