



UNIwersYTET OTWARTY
UNIwersYTETU WARSZAWSKIEGO



INFORMATOR KURSÓW UOUW

III TRYMESTR
ROK AKADEMICKI
2024/2025

Kursy dla wszystkich !



Spis treści

KULTURY I IDEE

KURSY ONLINE

- 9 [10 filozofów: co nam mają do powiedzenia o dobrym życiu – kurs online](#)
- 9 [Archeologia Epoki Lodowcowej: niesamowita historia rodzaju ludzkiego – kurs online](#)
- 9 [Być jak Robert Langdon, czyli krótki kurs czytania obrazów – część II – kurs online](#)
- 10 [Co robimy w grupie, czyli socjologia z wyobraźnią – kurs online](#)
- 10 [Ćwiczenia z fotograficznego widzenia: historia, teoria, analiza – kurs online](#) nowy!
- 10 [Filozofia dni ostatnich – wiodące koncepcje XXI wieku – kurs online](#)
- 11 [Filozofia emocji – stoicyzm – kurs online](#)
- 11 [Filozofia praktyczna, czyli o tym, jak wykorzystać filozofię w codziennym życiu – kurs online](#)
- 11 [Francja dla ducha i ciała – wycieczki kulturalne i gastronomiczne – kurs online](#)
- 12 [Historia filozofii zachodu w pigułce – kurs online](#)
- 12 [Kryminalne zagadki muzeów – kurs online](#)
- 12 [Kryminalne zagadki muzeów – część II – kurs online](#) nowy!
- 13 [Migawki z historii muzyki – część I \(barok\) – kurs online](#) nowy!
- 13 [Muza z kamerą. Dzieje kina – kurs online](#)
- 13 [Myśl i maszyna. Od filozofii umysłu do sztucznej inteligencji – kurs online](#)
- 14 [Nie tylko Inkowie – historia prekolumbijska Ameryki Południowej – kurs online](#) nowy!
- 14 [Od Achmatowej do Majakowskiego: Srebrny wiek literatury rosyjskiej – kurs online](#) nowy!
- 14 [Od Witkacego do net artu – polska sztuka awangardowa i współczesna – kurs online](#)
- 15 [Ona i jej Barcelona – sekrety miasta \(nie tylko\) Gaudiego – kurs online](#)
- 15 [Paryż osobiwy – poza zwykłymi trasami turystycznymi – kurs online](#)
- 16 [Pocztówki ze świata Zofii. Historia filozofii w znanych metaforach – kurs online](#)
- 16 [Polskie artystki \(XIX i XX w.\) – kurs online](#) nowy!
- 16 [Rewolucje w sztuce – kurs online](#)
- 17 [Rosji rozumem nie pojmiesz"? – rosyjska kultura, dzieje i obyczaje – kurs online](#)
- 17 [Sztuka zależna od mózgu, czyli jak mózg spostrzega i tworzy sztukę – kurs online](#)
- 17 [Średniowieczne ABC, czyli historia sztuki dla początkujących – kurs online](#)
- 18 [Warsztaty pisania poezji: odnalezienie własnego głosu – kurs online](#)
- 18 [Współczesna sztuka izraelska w obliczu konfliktów zbrojnych i ideologii – kurs online](#) nowy!

KURSY STACJONARNE

- 18 [10 niezwykłych kultur: od Alaski po Australię – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 19 [A co jeszcze mówią kości? – warsztaty bioarcheologiczne \(poziom zaawansowany\)](#)
– kurs stacjonarny nowy!
- 19 [American superhero comics / Amerykańskie komiksy o superbohaterach – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 20 [Co mówią kości? – warsztaty bioarcheologiczne \(poziom podstawowy\) – kurs stacjonarny](#)
- 20 [Co nam dziś mówi literatura antyczna? – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 20 [History of police in the United States / Historia policji w Stanach Zjednoczonych](#)
– kurs stacjonarny nowy!
- 21 [Kulturowo-egzystencjalna interpretacja arcydzieł literatury światowej – kurs stacjonarny](#)
- 21 [Literatura latynoamerykańska dla osób anglojęzycznych / Latin American literature for English speakers – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 21 [Najciekawsze problemy historii Indii starożytnych – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 22 [Niewyczerpane źródło inspiracji: o „Odysei” Homera i świecie starożytnych Greków](#)
– kurs stacjonarny nowy!
- 22 [Tysiące najróżniejszych wiezów. Czytamy najnowszą literaturę nordycką i odkrywamy Północ](#)
– kurs stacjonarny nowy!
- 23 [Wina musujące i wzmacniane: Kurs wiedzy z metodyką degustacji \(oraz praktyką dla chętnych\)](#)
– kurs stacjonarny nowy!
- 23 [Wiosenne spacer po Warszawie \(architektura, urbanistyka i nie tylko\) – część II](#)
– kurs stacjonarny nowy!

JĘZYKI ŚWIATA

KURSY ONLINE

Język angielski

- 24 [Academic Writing. Pisanie akademickie – nie tak straszne, jak się wydaje – część II \(poziom C1\)](#)
– kurs online

- 24 [Angielski na co dzień – w domu, w pracy i w podróży \(poziom B1/B2\) – kurs online](#)
- 24 [Angielski w biznesie / English for Business \(poziom B2\) – kurs online](#)
- 25 [Angielski w korporacji – niezbędny językowy \(poziom B1/B2\) – kurs online](#)
- 25 [As Precise As Possible – APAP FORTE MAX: a remedy for English "headaches" – struktury gramatyczno-leksykalne – remedialny kurs języka angielskiego – część III \(poziom B2/C1\) – kurs online](#)
- 25 [Business and Financial English – Essentials \(poziom B1\) – kurs online](#)
- 26 [Business and Financial English – Advanced \(poziom B2/C1\) – kurs online](#)
- 26 [Business English \(poziom B2/C1\) – kurs online](#)
- 26 [Czasy gramatyczne w języku angielskim dla początkujących \(A1/A2\) – kurs online](#)
- 27 [Dziesięć żyć kota – część II. Ewolucja roli społecznej kota domowego w krajach anglosaskich w XXI wieku – kurs języka angielskiego \(poziom B2\) – kurs online](#) nowy!
- 27 [Engaging Conversations I – konwersacyjny kurs języka angielskiego – część I \(poziom C1\) – kurs online](#)
- 27 [Engaging Conversations II – konwersacyjny kurs języka angielskiego – część II \(poziom C1\) – kurs online](#)
- 28 [Engaging Conversations III – konwersacyjny kurs języka angielskiego – część III \(poziom C1\) – kurs online](#)
- 28 [English unlocked: speak with confidence – intensywny kurs letni języka angielskiego z naciskiem na skuteczną komunikację \(poziom B1/B2\) – kurs online](#) nowy!
- 28 [Gramatyka angielska krok po kroku / Step by step – a gradual approach to good English grammar \(poziom A2/B1\) – kurs online](#)
- 29 [In English, please – porozmawiajmy o sprawach duchowych. Kurs języka angielskiego – część IV \(poziom B1/B2\) – kurs online](#)
- 29 [„Ja, która wyruszam a ja, która wracam”. Podróże dalekie i bliskie Angielek w XIX i na początku XX wieku \(poziom C1\) – kurs online](#) nowy!
- 29 [Komunikacja w firmie w języku angielskim \(poziom B1\) – kurs online](#)
- 30 [Let's discuss it. Zaawansowane konwersacje w języku angielskim \(poziom B2/C1\) – kurs online](#) nowy!
- 30 [Let's discuss it. Zaawansowane konwersacje w języku angielskim – część II \(poziom C1/C2\) – kurs online](#) nowy!
- 30 [Morning English with video: angielski audiowizualnie. Język angielski na poziomie średnio zaawansowanym \(poziom B2\) – kurs online](#) nowy!
- 31 [Mów pewniej o codziennym życiu – kurs języka angielskiego \(poziom A2/B1\) – kurs online](#) nowy!
- 31 [Mów płynniej w podróży – kurs języka angielskiego \(poziom B1\) – kurs online](#) nowy!
- 31 [Perfect English – Listen and Speak/Perfekcyjny angielski – rozmawiaj i słuchaj \(poziom B1/B2\) – kurs online](#)
- 32 [Practice Makes Perfect. Angielski w mediach. Kurs języka angielskiego \(poziom B2\) – kurs online](#)
- 32 [Practice Makes Perfect. Wzbogacaj słownictwo w praktyce. Kurs języka angielskiego – część II \(poziom B2/C1\) – kurs online](#)
- 32 [Prowadzenie korespondencji firmowej i pisanie e-maili w języku angielskim \(poziom B1/B2\) – kurs online](#)
- 33 [Timeless tales: master English through engaging short stories / Ponadczasowe opowieści: opanuj angielski dzięki wciągającym historiom \(poziom B2/C1\) – kurs online](#) nowy!
- 33 [Uaktywnij swój angielski – część II \(poziom A2\) – kurs online](#)
- 33 [Uaktywnij swój angielski – część III \(poziom A2/B1\) – kurs online](#)
- 34 [Uaktywnij swój angielski – część IV \(poziom B1\) – kurs online](#)
- 34 [Uaktywnij swój angielski – część V \(poziom B1\) – kurs online](#)
- 34 [Uaktywnij swój angielski – część VII \(poziom B1\) – kurs online](#)
- 34 [YOLO! You only live once! Żyje się tylko raz! Życiowe sprawy po angielsku część IV – Consolidation \(poziom A1\) – kurs online](#) nowy!
- 35 [YOLO! You only live once! Żyje się tylko raz! – Życiowe sprawy po angielsku \(poziom A1\) – część II – kurs online](#)
- 35 [Z angielskim przez życie – część I. Kurs języka angielskiego \(poziom A1\) – kurs online](#)
- 35 [Zrozumieć gramatykę angielską / Understanding English Grammar \(poziom B1/B2\) – kurs online](#)
- 36 [Zwiedzaj świat po angielsku – milej podróży \(poziom A2\) – kurs online](#)

Język arabski

- 36 [Arabski bez granic \(poziom A1/A2\) – kurs online](#)
- 36 [Arabski bez granic \(poziom A2\) – kurs online](#)
- 37 [Język arabski w pigułce \(poziom A1\) – kurs online](#)

Język bułgarski

- 37 [Zdravej! Kak si? Język bułgarski z elementami kultury dla początkujących \(poziom A1\) – kurs online](#)

Język francuski

- 37 [A Paris au soleil et sous la pluie. W Paryżu w słońcu i w deszczu \(poziom A2/B1\) – kurs online](#)
- 38 [Avec plaisir. Mówimy po francusku i poznajemy kulturę Francji \(poziom A1/A2\) – kurs online](#)
- 38 [B1 perfectionnement, czyli doskonalenie umiejętności z poziomu B1 \(poziom B1\) – kurs online](#)
- 38 [B2 perfectionnement, czyli doskonalenie umiejętności z poziomu B2 \(poziom B2\) – kurs online](#) nowy!
- 39 [Crème de la crème avec la cerise sur le gâteau, czyli co mogę zrobić \(jeszcze\) lepiej – część II \(poziom B1/B2\) – kurs online](#)
- 39 [Crème de la crème – co mogę zrobić jeszcze lepiej? Kurs języka francuskiego \(poziom B1/B2\) – kurs online](#) nowy!
- 39 [Discutons sur ce qui nous touche – konwersacje z języka francuskiego skupiające się na zagadnieniach dotyczących życia we współczesnym świecie \(poziom B2\) – kurs online](#) nowy!
- 40 [Oko w oko z francuskim i kulturą francuską – kurs języka francuskiego dla początkujących \(poziom A1\) – kurs online](#)
- 40 [Pansements grammaticaux, czyli pogłębianie wiedzy i rozwijanie umiejętności z zakresu gramatyki języka francuskiego \(poziom B1/B2\) – kurs online](#) nowy!
- 40 [Parler français/ Dyskusja o Francji i nie tylko – wakacyjne konwersacje z języka francuskiego \(poziom B2\) – kurs online](#)
- 41 [Parler français: culture, société, politique, économie \(troisième partie\)/Dyskusja o Francji i nie tylko – wakacyjne konwersacje z języka francuskiego – część III \(poziom C1\) – kurs online](#)
- 41 [Pour parler mieux A2 / Aby mówić lepiej. Konwersacje z języka francuskiego \(poziom A2\) – kurs online](#) nowy!
- 41 [Pour parler mieux B1 / Aby mówić lepiej. Konwersacje z języka francuskiego \(poziom B1\) – kurs online](#) nowy!
- 42 [Złap gramatykę francuską za rogi! Czyli jak oswoić trudniejsze elementy gramatyki francuskiej – część III \(poziom B2\) – kurs online](#)

Greka

- 42 [Język nowogrecki w dziesięciu prostych piosenkach \(poziom A1\) – kurs online](#) nowy!
- 42 [Kalimera Elada! Język nowogrecki dla turysty z elementami wiedzy o kulturze i o wybranych zabytkach \(poziom A1\) – kurs online](#)

Język hiszpański

- 42 [Aprende a hablar en español / Naucz się mówić po hiszpańsku \(poziom B1\) – kurs online](#) nowy!
- 43 [Aprende y Veranea en Español – spędzaj lato po hiszpańsku \(poziom A1/A2\) – kurs online](#)
- 43 [Colorín colorado / Hiszpański w tekstach kultury – część IV \(poziom B2\) – kurs online](#) nowy!
- 43 [Coser y cantar, todo es empezar / Hiszpański krok po kroku – część IV \(poziom A2/B1\) – kurs online](#) nowy!
- 43 [Coser y cantar, todo es empezar / Hiszpański krok po kroku – część V \(poziom A2/B1\) – kurs online](#) nowy!
- 44 [Hiszpański i sławni Hiszpanie \(poziom A1\) – kurs online](#)
- 44 [Hiszpański na bieżąco \(poziom A2\) – kurs online](#)
- 44 [¡Hola! Hiszpański dla początkujących \(poziom A1\) – kurs online](#) nowy!
- 45 [Hola, ¿qué tal? – hiszpański dla początkujących \(poziom A1\) – kurs online](#) nowy!
- 45 [Paso a paso: hiszpański bez pośpiechu – część I \(poziom A1\) – kurs online](#) nowy!

Język japoński

- 45 [Japoński w wakacje – letni kurs dla początkujących online \(poziom A1\) – kurs online](#)

Język niemiecki

- 46 [Alltagskommunikation, czyli niemiecki na co dzień \(poziom A1/A2\) – kurs online](#)
- 46 [Deutsche Grammatik ist cool. Łatwa teoria połączona z praktycznym treningiem \(poziom A1/B1\) – kurs online](#)
- 46 [Dobry start, czyli język niemiecki na co dzień – część II \(poziom A2\) – kurs online](#)
- 47 [Dobry start, czyli niemiecki od podstaw \(poziom A1\) – kurs online](#)
- 47 [Druga szansa dla języka niemieckiego – niemiecki gramatycznie i praktycznie! \(poziom A2\) – kurs online](#)
- 47 [Druga szansa dla języka niemieckiego! Niemiecki to taki łatwy język! Konwersacje – część II \(poziom B1\) – kurs online](#)
- 48 [Hallo, wie geht's? Język niemiecki dla „ponownie początkujących” \(poziom A1\) – kurs online](#)
- 48 [Niemiecki – gruntowne porządki! Uczyleś się, ale niewiele pamiętasz? Ten kurs jest dla Ciebie! \(poziom A1/A2\) – kurs online](#)

- 49 [Niemiecki – język w kulturze. Słownictwo na co dzień, w piosenkach, filmach oraz w innych wytworach kulturowych \(poziom A2/B1\) – kurs online](#)
- 49 [Niemiecki w biznesie \(poziom A2/B1\) – kurs online](#)
- 49 [Niemiecki w biznesie \(poziom B2/C1\) – kurs online](#)
- 50 [Rozmowa kwalifikacyjna w języku niemieckim \(poziom B1/B2\) – kurs online](#)
- 50 [Szwajcaria z perspektywy jej dwóch największych kantonów: Gryzonii i Berna \(poziom B2/C1\) – kurs online](#)
- 50 [Zaawansowana gramatyka języka niemieckiego w praktyce \(poziom C1/C2\) – kurs online](#)

Język portugalski

- 51 [Apetyt na Portugalie – język portugalski na wakacje i nie tylko – część II \(poziom A1/A2\) – kurs online](#)
- 51 [Portugalski brazylijski: kawa parzona sambą / Português brasileiro: café feito com samba \(poziom A2/B1\) – kurs online](#) nowy!

Język rosyjski

- 51 [Aktywny dialog A1! Alfabet i podstawowe konwersacje po rosyjsku \(poziom A1\) – kurs online](#)
- 52 [Aktywny dialog A2! Gramatyka i konwersacje po rosyjsku \(poziom A2\) – kurs online](#)
- 52 [Aktywny dialog B1! Konwersacje na gorące tematy po rosyjsku \(poziom B1\) – kurs online](#)
- 52 [Nieodkryta Rosja – część III – kurs języka rosyjskiego \(poziom B1/B2\) – kurs online](#) nowy!
- 53 [„Priwiet!?”: rosyjski od podstaw \(poziom A1\) – kurs online](#)
- 53 [„Priwiet!?”: rosyjski od podstaw – część II \(poziom A1/A2\) – kurs online](#)

Język serbski

- 53 [Balkan Express. Intensywny kurs języka serbskiego z elementami kultury \(poziom A1\) – kurs online](#)
- 53 [Dome, slatki dome! O domu i kuchni Serbów – nauka języka serbskiego \(poziom A1\)](#)

Język szwedzki

- 54 [Svenska på gång. Język szwedzki w życiu codziennym – kurs dla początkujących – część I \(poziom A1\) – kurs online](#)

Język ukraiński

- 54 [Język ukraiński – kurs intensywny letni \(poziom A1/A2\) – kurs online](#) nowy!
- 55 [Język ukraiński – kurs intensywny letni \(poziom B1\) – kurs online](#) nowy!
- 55 [Język ukraiński na co dzień / Українська мова на щодень \(poziom A2/B1\) – kurs online](#) nowy!

Język włoski

- 55 [Dalla Vistola al Tevere: la cultura italiana e la cultura polacca a confronto / Od Wisły do Tybru: porównanie kultury włoskiej i polskiej – kurs konwersacyjny \(poziom B1/B2\) – kurs online](#) nowy!
- 56 [Lasciatemi Parlare! \(poziom A2\) – kurs online](#) nowy!
- 57 [L'italiano per il business – corso di italiano aziendale / Włoski dla biznesu – korporacyjny kurs języka włoskiego \(poziom B1/B2\) – kurs online](#) nowy!
- 57 [Sulle impronte dei geni d'Italia/Śladami włoskich geniuszy – kurs konwersacyjny \(poziom B1/B2\) – kurs online](#) nowy!
- 58 [Ti lascio una canzone! Kurs języka i kultury włoskiej dla początkujących z wykorzystaniem piosenek część I \(poziom A1\) – kurs online](#) nowy!
- 58 [Vedi Napoli e poi muori – corso di italiano per turisti / „Zobaczyć Neapol i umrzeć” – kurs języka włoskiego dla turystów \(poziom A2\) – kurs online](#) nowy!

KURSY STACJONARNE

Język angielski

- 59 [Czytanie i wymowa w języku angielskim \(poziom B1/B2\) – kurs stacjonarny](#)
- 59 [English Reading Club. Poczytajmy po angielsku \(poziom C1\) – kurs stacjonarny](#)
- 60 [Words, Words, Words... Warsztaty tłumaczeniowe z języka angielskiego \(poziom C1\) – kurs stacjonarny](#)

Język francuski

- 60 [Sous le ciel de Paris/Pod niebem Paryża. Kurs języka francuskiego dla osób, które uczyły się trochę francuskiego, tzw. fałszywych początkujących \(poziom A2\) – kurs stacjonarny](#)

Język hiszpański

- 61 [... A de Almodóvar, B de Barcelona, C de cava... \(suplemento\). Alfabet Hiszpanii dla wtajemniczonych \(poziom A2\) – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 61 [¡Hola! ¿Qué tal? Język hiszpański dla osób anglojęzycznych / ¡Hola! ¿Qué tal? Spanish for English speakers \(poziom A1\) – kurs stacjonarny](#) nowy!

Język serbski

- 62 [Kierunek: południe! Wakacje z językiem serbskim \(poziom A1\) – kurs stacjonarny](#) nowy!

Język włoski

- 62 [Intensywny kurs gramatyki języka włoskiego \(poziom B1\) – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 62 [Ti lascio una canzone! Kurs języka i kultury włoskiej dla początkujących z wykorzystaniem piosenek część I \(poziom A1\) – kurs stacjonarny](#)
- 63 [Włoskie klimaty z gramatyką – nauka gramatyki języka włoskiego w kontekście kulturowym \(poziom A1/A2\) – kurs stacjonarny](#)

CZŁOWIEK I SPOŁECZEŃSTWO

KURSY ONLINE

- 64 [AI jako asystent rozwoju kreatywności – kurs online](#)
- 64 [Antropologia nowych technologii – kurs online](#)
- 65 [Czym jest współczesna kognitywistyka i dlaczego jest potrzebna społeczeństwu – kurs online](#) nowy!
- 65 [Czy wiesz, co mówisz? O ukrytej sile słów – kurs online](#) nowy!
- 65 [Depresja i lęk – co trzeba o nich wiedzieć – kurs online](#)
- 66 [Jak dzieci \(i mózgi, i zwierzęta, i komputery\) budują swoją wiedzę o świecie – kurs online](#) nowy!
- 66 [Jak starzeje się mózg i umysł – kurs online](#)
- 66 [Jak to napisać? Warsztaty poprawności ortograficznej, interpunkcyjnej i gramatycznej – kurs online](#)
- 67 [Kobiety jako liderki w polityce międzynarodowej – kurs online](#) nowy!
- 67 [Komunikacja bez przemocy w pracy – warsztaty – kurs online](#)
- 67 [Kryptowaluty – przewodnik dla humanistów i nie tylko. Epickie historie i praktyczne warsztaty – kurs online](#)
- 68 [Menopauza – jak sobie z nią radzić – kurs online](#)
- 68 [Mindfulness w codziennym funkcjonowaniu, 6-tygodniowy – kurs online](#) nowy!
- 68 [Mindfulness w codziennym funkcjonowaniu – część II – kurs online](#) nowy!
- 69 [Mózg, emocje i stres, czyli jak można zarządzać emocjami i stresem – kurs online](#)
- 69 [Najciekawsze eksperymenty w psychologii – konfrontacje – kurs online](#)
- 69 [Pozyskiwanie informacji, analiza dezinformacji \(fake news\) i bezpieczeństwo informacyjne. Kurs Białego Wywiadu \(OSINT\) dla humanistów – kurs online](#)
- 70 [Rozwiązywanie problemów z wykorzystaniem AI – kurs online](#)
- 70 [Storytelling – budowanie narracji, która przyciąga uwagę i wywołuje emocje – kurs online](#)
- 70 [Toksyczna pozytywność – czym jest, jak ją rozpoznać i jak sobie z nią radzić – kurs online](#)
- 71 [Tworzenie prezentacji – kurs online](#)
- 71 [Urban Survival – sztuka przetrwania w mieście – kurs online](#)

KURSY STACJONARNE

- 71 [Adaptacje teatralne i adaptacje filmowe wielkich dzieł literatury polskiej: dwudziestolecie doktoratu honoris causa UW dla Andrzeja Wajdy – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 72 [Asertywność jako postawa – nie tylko „nie!” – kurs stacjonarny](#)
- 72 [Asertywność – warsztaty wzmacniające poczucie własnej wartości i satysfakcję w relacjach interpersonalnych – kurs stacjonarny](#)
- 73 [Budowanie bezpieczeństwa psychologicznego i poczucia przynależności w zespole – kurs stacjonarny](#)
- 74 [Czy wiesz, co mówisz? O ukrytej sile słów – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 74 [Jak Cię widzą..., czyli autoprezentacja na scenie i przed kamerą – kurs stacjonarny](#)
- 74 [Jak uczyć się przyjemniej i efektywniej – kurs stacjonarny](#)
- 75 [Krytyczny przegląd prasy. Obrona przed czarną magią retoryki – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 75 [Letnie warsztaty dobrostanu. Praktyczny kurs budowania dobrego samopoczucia – kurs stacjonarny](#)
- 75 [Rozwinię skrzydła – warsztaty budowania poczucia własnej wartości – kurs stacjonarny](#)
- 76 [Sztuka prowadzenia dyskusji – kurs stacjonarny](#)
- 76 [Trener wewnętrzny w organizacji – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 76 [Trening świadomości ciała. Elementy Analizy Ruchu, Terapii Tańcem i Ruchem oraz uważność – kurs stacjonarny](#)
- 77 [W poszukiwaniu sensu życia – filozofia afirmacji – kurs stacjonarny](#)
- 77 [Współpraca w zespole. Budowanie zespołu i zarządzanie nim – kurs stacjonarny](#)
- 77 [Zapamiętuj lepiej i ucz się łatwiej: trening pamięci i koncentracji, mnemotechniki i notatki sprzyjające uczeniu się – kurs stacjonarny](#)
- 78 [Znajdź swoje szczęście. Warsztat budowania dobrostanu – kurs stacjonarny](#)

PRAWO, BIZNES I IT

KURSY ONLINE

- 78 [Agile & design mindset, kompetencje przyszłości – kurs online](#)
- 78 [AI dla sceptyków: zastosowania i ograniczenia – kurs online](#)
- 79 [Analiza sprawozdań finansowych – kurs online](#)
- 79 [Biznes w sieci – strategia, technologia, sprzedaż e-commerce, marketing – kurs online](#)
- 79 [Business English – Investing in English \(poziom C1\) – kurs online](#)
- 80 [Coaching kariery – strategiczne zarządzanie własną karierą zawodową – kurs online](#) nowy!
- 80 [Design Thinking and Usability – kurs online](#) nowy!
- 80 [Dysk Google – skuteczne zarządzanie plikami w chmurze. Kurs dla początkujących – kurs online](#) nowy!
- 81 [E-Biznes i skuteczny e-marketing, czyli jak sprzedawać i promować w internecie – kurs online](#)
- 81 [Employee Relations – kurs dla przedstawicieli działów HR, managerów, osób zarządzających zespołami – kurs online](#)
- 81 [Future of Jobs – Kompetencje przyszłości – jak świadomie, z nadzieją i optymizmem uczestniczyć w nowoczesnym rynku pracy – kurs online](#)
- 82 [HR mastermind – kurs online](#)
- 82 [Komunikacja na co dzień i w biznesie, czyli jak docierać do otoczenia – kurs online](#)
- 82 [Krytycyzm i myślenie krytyczne – kurs online](#)
- 83 [Kultura innowacji i zarządzanie zmianą – kurs online](#)
- 83 [Leadership Development Program – Program Rozwoju Zdolności Przywódczych – kurs online](#) nowy!
- 83 [Management and Quality / Zarządzanie i Jakość – kurs online](#) nowy!
- 84 [Modelowanie finansowe przy użyciu MS Excel – kurs online](#)
- 84 [Mowa ciała i gra słów, czyli autoprezentacja na co dzień i w biznesie – kurs online](#)
- 84 [Nowe Technologie w praktyce – kurs online](#)
- 85 [Nowe trendy, technologie i aplikacje internetowe – kurs online](#)
- 85 [Paleotypografia cyfrowa na przykładzie czcionek dawnych drukarni polskich – kurs online](#) nowy!
- 85 [Personal branding w internecie współpraca dziennikarzy, blogerów i influencerów z biznesem – kurs online](#)
- 86 [Podstawowe zagadnienia prawa pracy – kurs online](#)
- 86 [Podstawy programowania w języku R – kurs online](#)
- 86 [Podstawy rachunkowości finansowej – kurs online](#)
- 86 [Postępowanie cywilne w sprawach dotyczących nieruchomości – kurs online](#)
- 87 [Programy Mentoringowe w organizacji – od podstaw do mistrzostwa – kurs online](#) nowy!
- 87 [Promocja w sieci – strategia, kanały, kampanie, analityka – kurs online](#)
- 87 [Service Design Thinking dla początkujących – kurs online](#)
- 88 [Service Design Thinking dla zaawansowanych – kurs online](#)
- 88 [Skład tekstów za pomocą systemu TeX w przykładach – kurs online](#) nowy!
- 88 [Skuteczna rekrutacja i selekcja pracowników – kurs online](#)
- 89 [Systems Thinking and Design – Myślenie Systemowe i Projektowanie – kurs online](#)
- 89 [Sztuczna inteligencja \(AI\) dla twórców prezentacji i wideoklipów – kurs online](#)
- 89 [Tajemnice Internetu – opowieści i warsztaty o mrocznych aspektach cyberprzestrzeni – kurs online](#)
- 90 [Tajemnice protokołu dyplomatycznego dla ciekawskich – kurs online](#)
- 90 [Witryny Google: tworzenie stron internetowych dla początkujących – kurs online](#) nowy!
- 90 [Wizualizacja danych z wykorzystaniem narzędzi języka R – kurs online](#)
- 90 [WordPress dla biznesu, e-commerce oraz innych celów – kurs online](#)
- 91 [Wycena nieruchomości – kurs online](#)
- 91 [Zaawansowana analiza sprawozdań finansowych – studia przypadku – kurs online](#)
- 91 [Zatrudnianie i zwalnianie pracowników. Analiza przepisów prawa pracy – kurs online](#)

KURSY STACJONARNE

- 92 [Kreowanie wizerunku firmy – konieczność czy kaprys? – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 92 [Laboratorium PR – w internecie, mediach społecznościowych, a może tradycyjnie? – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 92 [Leadership Development Program II – Advanced Leadership Skills – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 93 [O czym \(nie\) mówią ekonomiści. Krytyczne wprowadzenie w historię dyscypliny – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 93 [Podstawy inwestowania dla wszystkich – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 93 [Protokół dyplomatyczny dla wtajemniczonych – kurs stacjonarny](#)

NAUKA I ŚRODOWISKO

KURSY ONLINE

- 94 [Big Data – Praktyczne Wprowadzenie w Pythonie – kurs online](#)
- 94 [Dieta i styl życia a zdrowie psychiczne – kurs online](#) nowy!
- 94 [Diety odchudzające – prawdy i mity – kurs online](#)
- 95 [Holistyczna droga do zdrowia: ciało, umysł, duch – kurs online](#) nowy!
- 95 [Istotność statystyczna: mity i fakty – kurs online](#)
- 95 [Jeszcze więcej o żywności i prawidłowym żywieniu – kurs online](#)
- 96 [Pasożyty na wakacjach: kurs parazytologii tropikalnej dla każdego – kurs online](#)
- 96 [Podstawy uczenia maszynowego w Pythonie – kurs online](#)
- 96 [Statystyczna analiza danych w Pythonie – kurs online](#)
- 97 [Umysł zależny od mózgu, czyli jak jest zbudowany i jak działa mózg – kurs online](#)
- 97 [Żywnienie w sporcie. Kompleksowe podejście do wydolności i zdrowia – kurs online](#)
- 97 [Żywność XXI wieku – żywi czy zabija – kurs online](#)

KURSY STACJONARNE

- 98 [Chemia wokół nas – zajęcia laboratoryjne o niezwyklej wodzie i roztworach wodnych – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 98 [Ptaki i fascynujące tajemnice ich życia – kurs stacjonarny](#)
- 98 [Współczesne praktyki zielarskie. Relacje ludzi i roślin – kurs stacjonarny](#) nowy!

REKREACJA I HOBBY

KURSY ONLINE

- 99 [Automasaż – sam możesz rozluźnić swoje ciało – kurs online](#)
- 99 [Exercises, Diet and Sport Supplements – How and Why it Works/Sport, Dieta i Suplementy – Jak i dlaczego działają? – kurs online](#)
- 100 [Kurs rysunku i malarstwa: „Jak namalować nastrój II” – kurs online](#)
- 100 [Montaż filmowy – podstawy – kurs online](#)
- 100 [Napisz powieść kryminalną – kurs online](#)
- 101 [Rysunek i malarstwo dla początkujących – kurs online](#)
- 101 [Świat moimi słowami – pisanie kreatywne – kurs online](#)

KURSY STACJONARNE

- 101 [Artystyczna kreatywność dla każdego – kurs stacjonarny](#)
- 102 [Brydż Sportowy – dla początkujących – kurs stacjonarny przyspieszony](#)
- 102 [Graj! Myśl! Baw się dobrze! Nauka gry w znane i mniej znane gry logiczne! – kurs stacjonarny](#)
- 102 [Joga dla początkujących – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 103 [O sztuce mowy. Dykcja i emisja głosu – kurs stacjonarny](#)
- 103 [„Pisanka i nie tylko”. Kurs ukraińskiej sztuki użytkowej – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 103 [Podróż bohatera – sztuka tworzenia opowieści – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 103 [Podstawy stretchingu w teorii i praktyce – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 104 [Rysuj z architektem – podstawy rysunku odręcznego – kurs stacjonarny](#)
- 104 [Samoobrona dla kobiet i mężczyzn – najlepszą obroną jest atak! – kurs stacjonarny](#)
- 104 [Scena dla każdego – warsztaty teatralne – kurs stacjonarny](#)
- 105 [Ukulele: nauka gry na instrumencie – poziom pierwszy – kurs stacjonarny](#)
- 105 [Uważność w przyrodzie – nature journaling – kurs stacjonarny](#) nowy!
- 105 [Ze śpiewem przez życie – od prawidłowej wymowy do pięknego śpiewu – kurs stacjonarny](#)

UCZ SIĘ OD NAJLEPSZYCH

- 106 [Marzyciele, wizjonerzy, podróżnicy. O mobilności przez wieki – kurs online](#) nowy!
- 106 [Podróż w różnorodność – 10 wykładów o Afryce – kurs online](#) nowy!

Kultury i Idee

Kursy online

zapisz się **10 filozofów: co nam mają do powiedzenia o dobrym życiu – kurs online**

dr Paulina Seidler

407 zł/30 h

W starożytności filozofia była sposobem życia określonym przez światopogląd i wynikające z niego zasady właściwego postępowania, natomiast filozof był osobą praktykującą ten sposób życia. Z czasem filozofia stała się bardziej teoretyczna, jednak w dalszym ciągu wielu filozofów nie tylko teoretyzowało, ale żyło w sposób filozoficzny. Na kursie przedstawieni zostaną wybrani najważniejsi filozofowie życia. Filozofowie, którzy – warto podkreślić – żyli w przeróżnych czasach i tym samym wiele doświadczyli. To tak zwani bliscy spraw ludzkich filozofowie. Przedstawione zostaną ich losy oraz teorie dobrego życia, z których możemy wiele się nauczyć. Można powiedzieć: historia filozofii w wydaniu praktycznym.

zapisz się **Archeologia Epoki Lodowcowej: niesamowita historia rodzaju ludzkiego – kurs online**

mgr Natalia Gryczewska

407 zł/30 h

Kurs przybliży historię początków człowieka: od momentu rozdzielenia się z linią szympanсів, do momentu zakończenia plejstocenu, tj. epoki lodowcowej. Przedstawione zostaną metody współczesnej archeologii oraz znaleziska, które ukształtowały nasz obraz przeszłości. Słuchacze zapoznają się z najważniejszymi i najbardziej spornymi zagadnieniami związanymi z pojawieniem się człowieka, jego ewolucją biologiczną oraz kulturową. Na kursie poruszone zostaną zagadnienia związane z przedstawianiem epoki lodowcowej w popkulturze.

zapisz się **Być jak Robert Langdon, czyli krótki kurs czytania obrazów – część II – kurs online**

mgr Zofia Załęska

271 zł/20 h

Kurs skierowany jest do osób zainteresowanych sztuką i historią sztuki, które uczestniczyły w kursie „Być jak Robert Langdon, czyli krótki kurs czytania obrazów – kurs online”.

Na początku przypomnimy sobie periodyzację historii sztuki, z naciskiem na temat kultywowania tradycji i sprzeciwiania się jej. Następnie słuchacze zapoznają się z tajnikami malarstwa portretowego. Omówimy głębiej kwestię perspektywy w malarstwie, a także symbolikę związaną ze śmiercią i przemijaniem. Kurs zamknijemy zajęciami odnoszącymi się do przygód Roberta Langdona i „tajnych” symboli. Wszystkie zagadnienia zostaną osadzone w szerokim kontekście historycznym i społecznym.

By uczestniczyć w tym kursie, konieczne jest ukończenie kursu „Być jak Robert Langdon, czyli krótki kurs czytania obrazów – kurs online”.

zapisz się

Co robimy w grupie, czyli socjologia z wyobraźnią – kurs online

dr Olga Kłosiewicz

407 zł/30 h

W jaki sposób otoczenie nas kształtuje i wpływa na nasze zachowanie? Czy po zawartości naszej lodówki i sposobach spędzania wolnego czasu można orzec, do jakiej grupy społecznej należymy? Dlaczego w każdym społeczeństwie występują nierówności i konflikty? Skąd biorą się patologie społeczne? Czy można sterować ludzkim działaniem lub wpływać na nie za pomocą socjotechnik? Jak kształtują się mody i trendy? Czy społecznymi aktorami mogą być czynniki pozaludzkie? Jak zmieniają się obyczaje i czy wynalazki techniczne mogą wpływać na interakcje społeczne? Jakie zjawiska społeczne można prognozować, a jakie mają charakter nieprzewidywalny?

Kurs przedstawia więzi i interakcje społeczne na poziomie małych i wielkich grup, od rodziny, społeczności lokalnych, klas społecznych do mechanizmów globalnych.

zapisz się

Ćwiczenia z fotograficznego widzenia: historia, teoria, analiza – kurs online

nowy!

mgr Aneta Kopczacka

339 zł/25 h

Kurs wprowadza w historię i teorię fotografii, omawiając jej najważniejsze momenty, od XIX wieku po erę cyfrową. Porusza kluczowe pytania: czy fotografia to sztuka, czy oddaje prawdę, czy może być uniwersalnym językiem? Słuchacze poznają metody analizy zdjęć i dowiedzą się, jak fotografia funkcjonuje w kulturze i mediach. W części praktycznej analizowane są portrety, zdjęcia prasowe, reklamowe i dokumentalne. Słuchacze zgłębiają także rolę fotografii w sztuce, nauce i mediach społecznościowych. Kurs kończy dyskusja podsumowująca.

zapisz się

Filozofia dni ostatnich – wiodące koncepcje XXI wieku – kurs online

dr Olga Kłosiewicz

407 zł/30 h

Podczas kursu opartego o najnowszą myśl filozoficzną i społeczną będziemy poszukiwać odpowiedzi na najważniejsze pytania i wyzwania naszych czasów:

Dlaczego niektórzy filozofowie opisują początek nowego milenium jako stan po orgii, a inni jako koniec historii? Co to: hipernowoczesność i postponowoczesność? Czym różnią się światowe cywilizacje i jakie są skutki ich zderzenia? Czy materię można definiować politycznie? Co oznacza zmierzch antropocentryzmu? Czy można podlegać procesom makdonaldyzacji, nie jedząc hamburgerów? Dlaczego terror staje się medialnym spektaklem? Co to są *nie-miejsca* i gdzie się znajdują? Na czym polega medializacja rzeczy – czy towary tworzą swój własny kod znaczeń? Istnieje uniwersalna idea sprawiedliwości, czy jest kulturowo nieprzetłumaczalna? Jak zapobiec katastrofie klimatycznej? Czy można zachować nadzieję, gdy traci się tożsamość?

zapisz się **Filozofia emocji – stoicyzm – kurs online**

dr Paulina Seidler

448 zł/33 h

Z silnymi emocjami nie żyje się łatwo, nie chcemy być wytrącani z równowagi, czuć, że nie panujemy nie tylko nad sytuacją, lecz przede wszystkim nad sobą. Pragniemy spokoju. Są tacy, którzy uważają, że emocje należy wyprzeć, zadusić, są tacy, którzy doradzą nam, żeby je przeżyć, i jest jeszcze stoicyzm. Prezentuje i proponuje postawę, która pozwala przejść przez życie spokojnie i szczęśliwie, niezależnie od okoliczności zewnętrznych. Należy w tym celu nauczyć się higieny emocjonalnej, pracy z emocjami a ostatecznie panowania nad sobą. Tak, byśmy zawsze byli w stanie zachować spokój i działać racjonalnie, kierować się własną wolą. Stoicy, zarówno starożytni, jak i współcześni, mogą nas tego nauczyć. Na zajęciach, krok po kroku, przejdziemy od teorii do praktyki w postaci ćwiczeń duchowych.

zapisz się **Filozofia praktyczna, czyli o tym, jak wykorzystać filozofię w codziennym życiu – kurs online**

dr Paulina Seidler

448 zł/33 h

Jesteśmy różni, ale problemy mamy podobne. Poradniki celebrytów na niewiele się zdają, a okazuje się, że sprawiają wrażenie niepraktycznej, niedostępnej i nieprzystępnej filozofia oferuje masę rozwiązań codziennych problemów współczesnego człowieka. Od zarania dziejów filozofowie odpowiadają na pytania: jak się porozumiewać?, jak argumentować?, jak żyć?, jak znaleźć sens i cel życia?, jak panować nad emocjami?, jak myśleć efektywniej? Podczas kursu zostaną omówione wybrane koncepcje filozoficzne, które z powodzeniem można wykorzystać w życiu codziennym i dzięki nim po prostu żyć lepiej. Podczas kursu poruszone zostaną m.in. następujące tematy: filozoficzny przepis na szczęście, o panowaniu nad emocjami, o tym, jak dyskutować i argumentować, o wartościach bez religii.

zapisz się **Francja dla ducha i ciała – wycieczki kulturalne i gastronomiczne – kurs online**

dr hab. Ewa Kalinowska

407 zł/30 h

Sluchacze poznają niestandardowe propozycje zwiedzania Francji – poprzez zwrócenie uwagi na miejsca, zjawiska i tradycje charakterystyczne dla różnych regionów oraz uwzględnienie gastronomii francuskiej jako niezbywalnego elementu cywilizacji. Poznają zróżnicowanie regionów Francji we wszystkich dziedzinach – geografii, klimacie i kulturze, ze szczególnym podkreśleniem znaczenia sztuki kulinarnej.

zapisz się **Historia filozofii zachodu w pigułce – kurs online**

dr Paulina Seidler

529 zł/39 h

Podczas kursu dowiedziecie się Państwo, jak rozwija się filozofia oraz jaki wpływ na naukę i nas samych ma do dziś. Przy okazji omawiania kolejnych epok zostaną poruszone takie zagadnienia, jak: kondycja i natura ludzka, szczęśliwe życie, chrystianizacja filozofii starożytnej, wolność, jak poznajemy i filtrujemy rzeczywistość, prawda w nauce, a także problem sztucznej inteligencji. Dowiedziecie się Państwo, co na ten temat mają nam do powiedzenia wybrane, najwybitniejsze i najważniejsze postaci z historii filozofii. Omówimy m.in. Platona, św. Tomasza i Augustyna, Kartezjusza, Milla a także Camusa, Poppera i Denetta. Można powiedzieć: prześledzimy rozwój myśli ludzkiej od czasów przed Chrystusem po współczesność. Poznanie historii filozofii, myśli ludzkiej okaże się bardzo pouczające i dające lepsze rozumienie świata i nas samych.

zapisz się **Kryminalne zagadki muzeów – kurs online**

mgr inż. Aleksandra Fiałkowska

271 zł/20 h

Muzea, jako instytucja gromadząca przedmioty uznane za ważne dla historii kultury, sztuki, nauki i przyrody, bywają również miejscami zbrodni: zuchwałych kradzieży eksponatów o zawrotnej wartości finansowej oraz równie zuchwałych fałszerstw. Jaki cel przyświecał złodziejom i fałszerzom, co motywowało ich do popełnienia przestępstwa? Dlaczego ich łupem stawały się cenne dzieła sztuki, które trudno sprzedać, a jeszcze trudniej zachować?

zapisz się **Kryminalne zagadki muzeów – część II – kurs online** **nowy!**

mgr inż. Aleksandra Fiałkowska

271 zł/20 h

Okres II wojny światowej był niezwykle trudny dla polskiego dziedzictwa kulturowego. Wiele bezcennych eksponatów wciąż jest poszukiwana, inne powróciły z wojennej tułaczki zniszczone i zdekompletowane. W trakcie zajęć przedstawione zostaną dzieje dzieł sztuki i artystów polskich w okresie wojny. Omówione zostaną również problemy związane z odnalezieniem i odzyskaniem skradzionych eksponatów.

mgr Lidia Szpilewska

353 zł/26 h

W trakcie 13 spotkań przedstawiona zostanie koncepcja artystyczna baroku, tło historyczne epoki i zmiany w odniesieniu do poprzedzającego ją renesansu. Przyjrzymy się bliżej muzyce baroku w Italii, Niemczech, Francji, Anglii oraz Polsce, czasem skupiając się na danym kraju, innym razem traktując temat poprzez postać twórcy. Poznamy historię i budowę preludium, fugi, sonaty i koncertu oraz nazwiska najwybitniejszych twórców tych form. Przypomnimy sylwetki Vivaldiego, Pergolesiego, Lully'ego, Bacha i Haendla, Ludwika XIV, Rameau, Purcell'a i Marain Marais.

dr Olga Kłosiewicz

407 zł/30 h

Kino jest obecnie najdostępniejszą i najbardziej egalitarną ze sztuk, stąd jego ogromny wpływ na społeczne imaginarium. Wytwórnice filmowe zwane bywają fabrykami snów, mówi się również o „magii kina”. Określenie to nie jest wyłącznie metaforą zdolności do przenoszenia widzów w przedstawione światy czy angażowania wielu zmysłów, ale wynika z wykorzystania opóźnień w przetwarzaniu obrazu przez ludzki zmysł wzroku dla stworzenia iluzji ruchu – jest więc organicznie związane z naszą percepcją. Dla zwiększenia przyjemności odbioru tej wspaniałej sztuki, warto zapoznać się bliżej z jej technicznym medium, historią oraz kontekstami kulturowymi, w jakich powstawała. Jakie wynalazki poprzedzały kinematograf braci Lumière? Dlaczego „złota era Hollywood” rozpoczęła się wraz z wielkim kryzysem? Z czego wynikały postanowienia kodeksu Haysa i jak próbowano je obchodzić? Jakie efekty wizualne pozwala uzyskać zastosowanie poszczególnych technik filmowych? Co nowego wniosła Nowa Fala francuska do twórczości Nowego Hollywood i Dogmy 95? Jak wyglądały związki twórców kina z polityką, propagandą i kontrkulturą? Kurs dla miłośników kina, popkultury, historii najnowszej i kulturoznawstwa!

dr Olga Kłosiewicz

407 zł/30 h

Mitologie przedstawiają bogów jako architektów kosmosu i konstruktorów rodzaju ludzkiego, a nowożytni myśliciele opisują świat metaforą precyzyjnie działającego mechanizmu. Maszyny często służyły filozofom za modele ludzkiego ciała i umysłu. Narzędzia były wyznacznikami cywilizacyjnego rozwoju, zmieniały sposoby życia i komunikacji społeczeństw. Czy umysł jest maszyną do myślenia? Jak działa? Czy człowieka można postrzegać jako żywe narzędzie? Jak myśli nietoperz, jak zombie, a jak robot? Maszyna jest sprzymierzeńcem czy wrogiem człowieka? W jaki sposób wynalazki techniczne rozszerzają percepcję i zwiększają wydolność ciała człowieka? W wieku XX wzorem umysłu stał się komputer. Czy można pomylić bota z człowiekiem albo zostać cyborgiem, by uniknąć ludzkich ograniczeń?

zapisz się **Nie tylko Inkowie – historia prekolumbijska Ameryki Południowej**
– kurs online nowy!

mgr Karolina Juszczyk

271 zł/20 h

Jeśli zawsze fascynowały Cię linie Nazca, zachwycaly zdjęcia z Machu Picchu, a kipu wydaje się wielką enigmą – zapraszam na podstawowy kurs z historii prekolumbijskiej Ameryki Południowej! Podczas zajęć poruszymy tematy z dziedziny geografii, historii i archeologii, a także przyjrzymy się także najnowszym odkryciom z wykorzystaniem nowych technologii.

Tematy zajęć:

1. Wprowadzenie do historii Nowego Świata.
2. Fenomeny pierwszych kultur andyjskich.
3. Epoka wielkich imperiów.
4. Państwa i państwka – późne kultury andyjskie.
5. Legendarne i faktyczne początki Inków.
6. Codzienne życie w Imperium Inków.
7. Quipu i tocapu – andyjskie systemy komunikacji graficznej.
8. Imperium Inków w przededniu przybycia Hiszpanów.
9. Konkwista Andów.
10. Świat pozaandyjski – kultury Amazonii i Karaibów.

zapisz się **Od Achmatowej do Majakowskiego: Srebrny wiek literatury rosyjskiej**
– kurs online nowy!

mgr Edward Siech

407 zł/30 h

Kurs wprowadzi Słuchaczy w *Srebrny wiek* literatury rosyjskiej, prezentując kluczowych autorów i nurty przelomu XIX i XX wieku, w tym symbolizm Błoka i Biełego, akmeizm Achmatowej, futurystyczne eksperymenty Majakowskiego, liryczny dramat Jesienina, intelektualną głębię Cwietajewej oraz wizjonerską prozę Zamiatina i Bunina. Dzięki analizom wybranych utworów, takich jak *Dwanastu*, *My*, *Życie Arsieniewa*, *Obłok w spodniach*, Słuchacze poznają różnorodność stylów i tematów oraz ich wpływ na współczesną literaturę i kulturę. Każde spotkanie zostanie wzbogacone o prezentacje multimedialne, fragmenty filmów i nagrania poetyckie, by lepiej oddać wyjątkowy klimat tej epoki.

zapisz się **Od Witkacego do net artu – polska sztuka awangardowa i współczesna**
– kurs online

dr Olga Kłosiewicz

407 zł/30 h

Czym byłoby Zakopane bez Witkacego, Wrocław bez Krasnali? Jak sztuka odpowiadała na represje politycznego reżimu i jaką formę nadawała postulatowi wolnościowym? W jaki sposób współcześni artyści odnoszą się do tradycyjnej obyczajowości i narodowych wartości? Jak wygląda portret społeczeństwa okresu transformacji, nakreślony przez sztukę krytyczną? Którzy polscy artyści zostali najbardziej docenieni w kraju i za granicą? Co wyróżnia polską sztukę współczesną na tle światowym? Jak wyglądają relacje między sztuką i kulturą masową? Czy instalacje *site specific* staną się wizytówkami polskich miast? Opowieść o tym, jak sztuka współtworzy naszą narodową tożsamość i kształtuje zbiorową wyobraźnię.

zapisz się **Ona i jej Barcelona – sekrety miasta (nie tylko) Gaudiego – kurs online**

mgr Aneta Karasińska

366 zł/27 h

Barcelona. Miasto, o którym wiele już napisano i wiele już powiedziano. Miasto, które mimo tego wciąż skrywa wiele tajemnic i miejsc wartych poznania. Gdzie znajdują się wielkie zapalki? Kto mieszkał w starej cementowni? Jaki związek mają stare puszki ze sztuką? Dlaczego 3 kominy to tak naprawdę 6 kominów?

Podczas kursu Słuchacze będą odkrywać mało znane zakątki tego magicznego miasta, odbywając wirtualny spacer po subiektywnych atrakcjach „czarodziejki”, jak pisał o niej Carlos Ruiz Zafón.

Kurs dedykowany jest wszystkim tym, którzy chcą poznać Barcelonę, o której nie przeczytają w typowych przewodnikach turystycznych.

UWAGA! Słuchacze po każdych zajęciach otrzymają szczegółową listę omawianych miejsc wraz z dokładnymi lokalizacjami. W ten sposób będą mogli stworzyć własną spersonalizowaną mapę.

zapisz się **Paryż osobiwy – poza zwykłymi trasami turystycznymi – kurs online**

dr hab. Ewa Kalinowska

407 zł/30 h

Słuchacze poznają wybrane okresy i wydarzenia z historii Paryża, ze szczególnym uwzględnieniem faktów mało znanych, których skutki są widoczne nawet przy standardowym zwiedzaniu Paryża.

Zaznajomią się ze szczególnymi budowlami i miejscami Paryża, dawnymi i późniejszymi niż średniowiecze, czy też XVII i XVIII wiek, aż po współczesne – szczególnie tymi, które nie należą do najczęściej odwiedzanych czy też „popularnych”. Poznają także niezwykle wiadomości o miejscach znanych, np. Pola Elizejskie, jako element symbolicznej geografii Paryża, niebanalne aspekty historii i funkcjonowania metra paryskiego.

Poznają wydarzenia z wielowiekowej historii Paryża, które miały w swoim czasie duże znaczenie, co nie jest już podkreślane lub też pozostaje w „cieniu historii”, np. powódź z 1910 r. lub paryskie pobyty (oraz ich znaczenie) wielu znanych postaci, takich jak np. Oscar Wilde, Ernest Hemingway.

Słuchacze zdobędą również wiadomości praktyczne, dotyczące restauracji oraz innych miejsc związanych z konsumpcją, np. gdzie można nabyć najlepsze pieczywo w Paryżu. Dowiedzą się także, gdzie można zaopatrzyć się w różnego rodzaju publikacje (v. najlepsze i najciekawsze księgarnie w Paryżu) jak też, gdzie można znaleźć niebanalne prezenty „paryskie”, przeznaczone dla rodziny i przyjaciół.

zapisz się **Pocztówki ze świata Zofii. Historia filozofii w znanych metaforach**
– kurs online

dr Olga Kłosiewicz

407 zł/30 h

Czy można dwa razy wejść do tej samej rzeki? Jak brzmi muzyka sfer? Dlaczego Achilles nie może prześcignąć żółwia? Czy Sokrates musiał wypić cykutę? Świat, który znamy, to tylko cienie na ścianie jaskini? Z jakiego powodu Platon chciał przegnać poetów ze swojego idealnego państwa? Po co biegać po agorze z lampą w samo południe? Czy można udowodnić istnienie Boga? Co ścina brzytwa Ockhama? Jeśli wiem, że nic nie wiem, to co wiem, w co wątpię i dlaczego mogę być pewien swego istnienia? Czy kot, biegnący za plotem o szerokich sztachetach, przeskakuje z bytu w niebyt? Co jest bliższe nieskończoności: mrówka czy gwiazda? Człowiek jest raczej myślącą trzciną, społecznym zwierzęciem czy wilkiem drugiemu człowiekowi? Wiedza podobna jest do drzewa czy labiryntu? Gwiazdziste niebo powinno zachwycać czy przerażać? Czy cel uświęca środki, a wolność – terror? Co jest opium dla mas: chleb, igrzyska, religia czy pieniądz? Na te i inne pytania odpowiemy słowami najsłynniejszych filozofów starożytności, średniowiecza i nowożytności przez ich najbardziej znane metafory i alegorie, anegdoty i przypowieści.

zapisz się **Polskie artystki (XIX i XX w.) – kurs online** **nowy!**

mgr inż. Aleksandra Fiałkowska

339 zł/25 h

Kobiety były obecne w sztuce od zawsze, jednak ich wkład w historię sztuki był marginalizowany, a nawet lekceważony. Przez lata artystki były stygmatyzowane, utrudniano im dostęp do edukacji artystycznej, nie stwarzano warunków, w których mogłyby rozwijać swój talent. Historia artystek to historia determinacji, siły charakteru, pokonywania trudności. Na zajęciach przedstawione zostaną sylwetki 12 wyjątkowych, polskich artystek, reprezentujących różne nurty w sztuce i różne wybory artystyczne.

zapisz się **Rewolucje w sztuce – kurs online**

dr Olga Kłosiewicz

407 zł/30 h

Mówi się, że pióro jest silniejsze niż miecz. Kurs pokazuje, jak pióro, pędzel i dłuto formowały świat, zapisując białe karty historii farbą i atramentem. Jest to opowieść o rewolucjach artystycznych i estetycznych: o sztuce patrzenia i zmieniania perspektywy, o wyznaczaniu i łamaniu kanonów piękna, technicznych odkryciach, prowokacjach obyczajowych, komentowaniu zastanej i kreowaniu nowej rzeczywistości. O trudnych relacjach między sztuką a religią, polityką, ekonomią; różnicach między wartościami etycznymi a estetycznymi, o społecznych kontekstach powstawania kontrowersyjnych arcydzieł.

zapisz się „Rosji rozumem nie pojdziesz”? – rosyjska kultura, dzieje i obyczaje
– kurs online

mgr Michał Kołakowski

407 zł/30 h

Kurs obejmuje podstawowe informacje z zakresu kultury, dziejów i obyczajów Rosji.

Omówimy problemy tak istotne, jak spory wokół oceny dziedzictwa systemu radzieckiego, sylwetki wybitnych twórców literackich czy różnice między katolicyzmem a prawosławiem, ale również zagadnienia dotyczące spraw bardziej przyziemnych – zwyczajów rosyjskich studentów czy współczesnej muzyki popularnej i alternatywnej.

Przed wszystkim jednak kurs będzie prezentował wiele mało znanych faktów. Słuchacze dowiedzą się m.in. dlaczego pierwszy artykuł na rosyjskiej Wikipedii informował, że „Rosja jest ojczyzną słoni”, w jaki sposób kawalki kory stały się cennym źródłem historycznym, czemu kawior był niegdyś uznawany za odpadek, kto wpadł na pomysł „pijanego budżetu”, w jaki sposób Rosja kolonizowała Syberię oraz Alaskę i dlaczego wariant języka rosyjskiego używany na Łotwie bawi większość Rosjan.

zapisz się Średniowieczne ABC, czyli historia sztuki dla początkujących – kurs online

mgr Zofia Załęska

407 zł/30 h

Kurs skierowany jest do wszystkich Słuchaczy zainteresowanych sztuką średniowieczną i średniowiecznym życiem codziennym. Chronologicznie omówione zostaną obiekty ze wszystkich dziedzin sztuki (architektura, rzeźba, malarstwo i rzemiosło artystyczne), zarówno te związane z religią, jak i z życiem i kulturą świecką. Poruszane tematy poszerzone będą o elementy kultury średniowiecznej.

zapisz się Sztuka zależna od mózgu, czyli jak mózg spostrzega i tworzy sztukę
– kurs online

mgr Daniel Jerzy Żyżniewski

570 zł/42 h

Kurs pozwoli Słuchaczom doświadczyć, z pomocą prostych eksperymentów w interakcji z Prowadzącym, istotę mózgowego procesu spostrzegania i reagowania na dzieło sztuki. Słuchacze dowiedzą się, które składniki dzieła sztuki powodują, że mózg spostrzega je jako przyciągające lub odpychające i jak może to wpływać na tworzenie interpretacji. Przedstawione zostaną najnowsze badania z obszaru neuroestetyki, mózgowego podłoża i psychologii twórczości oraz percepcji koloru. Kurs nowatorsko wprowadza wątek neuropsychologii klinicznej w kontekście powstawania malarskiego dzieła sztuki i wyjaśniania zmian, które mogą zaistnieć w twórczości malarskiej artystów profesjonalnych po przebytym uszkodzeniu mózgu, np. w wyniku udaru.

zapisz się **Warsztaty pisania poezji: odnalezienie własnego głosu – kurs online**

dr Angela Espinosa Ruiz

434 zł/32 h

Kurs rozpoczyna się od wprowadzenia do poezji, definiując jej rolę w literaturze i omawiając podstawowe formy, takie jak wiersz wolny, rymowany czy biały. Sluchacze uczą się zasad analizy tekstów poetyckich, w tym analizy formy, treści, struktury i języka. Następnie zapoznają się z klasycznymi formami zachodniej i wschodniej poezji, takimi jak ballada, sonet, haiku i tanka, i podejmują pierwsze próby tworzenia w tych stylach. W dalszej części kursu, Sluchacze zgłębiają estetykę liryczną, narzędzia poetyckie oraz techniki, takie jak rym, rytm i metrum. Kurs obejmuje również poezję współczesną, w tym formy nowoczesne, takie jak poezja słamowa i multimedialna, a także prowadzi Sluchaczy przez cały proces twórczy, od inspiracji po redakcję utworów.

zapisz się **Współczesna sztuka izraelska w obliczu konfliktów zbrojnych i ideologii – kurs online** **nowy!**

mgr Ewa Kędziora

271 zł/20 h

Kurs kierowany jest do Sluchaczy zainteresowanych tematem współczesnej sztuki izraelskiej kształtującej się w relacji do konfliktów zbrojnych, programów politycznych i przemian społecznych w kraju. Plan zajęć przewiduje 10 spotkań, podczas których będą omówione wybrane realizacje, bądź zjawiska artystyczne w odniesieniu do ważnych wydarzeń historycznych, począwszy od 1948 roku, powstania Izraela i pierwszej wojny izraelsko-arabskiej, kończąc na ostatnich – tragicznej wojnie w Strefie Gazy i masakrze 7 października. Celem zajęć jest analiza korelacji pomiędzy historią i polityką Izraela a formowaniem się jego historii sztuki.

KULTURY I IDEE

KURSY STACJONARNE

zapisz się **10 niezwykłych kultur: od Alaski po Australię – kurs stacjonarny** **nowy!**

dr Paweł Tomanek

271 zł/20 h

Podczas kursu zapoznamy się z 10 kulturami z najróżniejszych części świata – od Alaski po amazoński las deszczowy i od suchych stepów australijskich po Syberię. Każda z tych kultur jest szczególną formą dostosowania się do środowiska i pokazuje, że „człowieczeństwo” i „ludzki sposób życia” to bardzo plastyczne pojęcia. Większość omówionych kultur ulega wpływom liczniejszych i silniejszych społeczeństw rolniczych i przemysłowych. Zastanowimy się, czy ten proces jest nieunikniony i czy można mu zapobiec.

A co jeszcze mówią kości? – warsztaty bioarcheologiczne (poziom zaawansowany) – kurs stacjonarny

nowy!

mgr Aleksandra Grzegorska

434 zł/20 h

Kurs stanowi kontynuację zajęć „Co mówią kości? – warsztaty bioarcheologiczne (poziom podstawowy)” i jest dedykowany Słuchaczom, którzy go ukończyli.

Kurs rozwija wiedzę z zakresu bioarcheologii i pozwala zgłębić metody analizy szczątków ludzkich. Słuchacze dowiedzą się m.in. jak określać wiek, płeć i wzrost na podstawie kości oraz poznają narzędzia wykorzystywane w pracy bioarcheologów. Część praktyczna obejmuje analizę materiału kostnego, umożliwiając Słuchaczom samodzielne zastosowanie zdobytej wiedzy.

American superhero comics / Amerykańskie komiksy o superbohaterach – kurs stacjonarny

nowy!

mgr Ibrahim Mertcan Alcinkaya

407 zł/30 h

ENG:

The aim of this course is to offer a retrospective look into the historical development of American superhero comics. Departing from the emergence of the very first labels such as Superman, Batman, and Wonder Woman, we will explore the Golden, Silver, and Diamond Ages of American superhero comic books, and we will learn what comic books can articulate about the contemporary American society and the corresponding social issues. The course presents the potential of superhero comic books as socially responsible cultural products, with a particular attention on the 1980s' revisionary titles such as *Batman: The Dark Knight Returns* (1986), *Watchmen* (1987), and *The Punisher* (1986). We will discover that comics mean more than entertainment for children and young adults. Starting from the origin of the American superhero story, we will explore the evolution of the superhuman figure from government-backed omnipotent crimefighters to cynical and indifferent citizens. Seven separate modules will explore different ages and aspects of American superhero comics, which are: Defining comics, Why study comics?, Golden Age of comics, Silver Age of comics, Diamond Age of comics, Rethinking comics as social critique, and Writing about comics. Each class will consist of a mini-lecture which will be followed by class discussions based on key texts provided in the class. In these discussions, Students will have an opportunity to present exchange ideas with the Lecturer and other Students.

REQUIRED MINIMUM ENGLISH PROFICIENCY LEVEL: B2

PL:

Celem kursu jest retrospektywne spojrzenie na historyczny rozwój amerykańskich komiksów o superbohaterach. Począwszy od pojawienia się pierwszych postaci, takich jak Superman, Batman i Wonder Woman, będziemy badać Złotą, Srebrną i Diamentową Ery amerykańskich komiksów o superbohaterach oraz dowiemy się, co komiksy mogą powiedzieć o współczesnym amerykańskim społeczeństwie i odpowiadających mu kwestiach społecznych. Kurs ukazuje potencjał komiksów o superbohaterach jako społecznie odpowiedzialnych produktów kulturowych, ze szczególnym uwzględnieniem tytułów rewizjonistycznych z lat 80., takich jak *Batman: The Dark Knight Returns* (1986), *Watchmen* (1987) oraz *The Punisher* (1986). Dowiemy się, że komiksy to coś więcej niż tylko rozrywka dla dzieci i młodzieży. Począwszy od genezy amerykańskiej opowieści o superbohaterach, przeanalizujemy ewolucję postaci nadludzkich – od wszechmocnych stróżów prawa wspieranych przez rząd po cynicznych i obojętnych obywateli. Kurs składa się z siedmiu modułów, z których każdy koncentruje się na różnych epokach i aspektach amerykańskich komiksów o superbohaterach: Definiowanie komiksu, Dlaczego warto studiować komiksy?, Komiksy Złotej Ery, Komiksy Srebrnej Ery, Komiksy Diamentowej Ery, Nowe spojrzenie na komiks jako krytykę społeczną oraz Pisanie o komiksach. Każde zajęcie będą składały się z krótkiego wykładu, po którym odbędzie się dyskusja na podstawie kluczowych tekstów udostępnionych w ramach kursu. W trakcie tych dyskusji Słuchacze będą mieli okazję wymieniać się pomysłami zarówno z Wykładowcą, jak i z innymi Słuchaczami.

Kurs prowadzony w języku angielskim. Do uczestnictwa w kursie wymagana jest znajomość języka angielskiego na poziomie min. B2.

zapisz się **Co mówią kości? – warsztaty bioarcheologiczne (poziom podstawowy)**
– kurs stacjonarny

mgr Aleksandra Grzegorska

564 zł/26 h

Kurs przybliży podstawy antropologii człowieka. Uczy etycznego postępowania ze szczątkami ludzkimi oraz jakie informacje o ludziach i życiu w przeszłości mogą dostarczyć badania bioarcheologiczne.

zapisz się **Co nam dziś mówi literatura antyczna? – kurs stacjonarny** **nowy!**

prof. dr hab. Paweł Majewski

271 zł/20 h

Zajęcia kursu dotyczą dziesięciu wybranych utworów literatury antycznej – utwory te zostaną przedstawione w taki sposób, aby Słuchacze mogli zobaczyć w nich nie tylko zabytki dawnej kultury, lecz także, a nawet przede wszystkim opisy problemów podobnych do współczesnych problemów naszej kultury i społeczeństwa.

zapisz się **History of police in the United States / Historia policji w Stanach Zjednoczonych – kurs stacjonarny** **nowy!**

mgr Ibrahim Mertcan Alcinkaya

407 zł/30 h

ENG:

In this course, we will learn about the history of American police. We will explore how American colonies and governments offered safety, the role of vigilantism, citizens as police, the British influence, professionalization of law enforcement, and the current police-related problems. Finally, we will delve into the philosophy of policing, reading short texts from Foucault and Mark Neocleous. The program is as follows:

1. What is policing?
2. From Anglo-European policing to American policing.
3. American Policing during the wars.
4. Professionalization of American policing.
5. Militarization of American policing.
6. Police-related Problems: criticisms of policing.
7. Conceptualizing police: a theoretical approach.

The classes will consist of mini-lectures, group discussions, close readings and quiz games.

PL:

W ramach tego kursu poznamy historię amerykańskiej policji. Odkryjemy, jak kolonie amerykańskie i rządy zapewniały bezpieczeństwo, rolę samosądów, obywateli pełniących funkcje policyjne, wpływ prawa brytyjskiego, profesjonalizację służb porządkowych oraz obecne problemy związane z policją. Na koniec zgłębimy filozofię policji, czytając krótkie teksty Foucaulta i Marka Neocleousa. Program obejmuje następujące tematy:

1. Co to jest policja?
2. Od anglo-europejskiej policji do amerykańskiej.
3. Amerykańska policja podczas wojen.
4. Profesjonalizacja amerykańskiej policji.
5. Militaryzacja amerykańskiej policji.
6. Problemy związane z policją: krytyka policji.
7. Konceptualizowanie policji: podejście teoretyczne.

Zajęcia będą składały się z miniwykładów, dyskusji grupowych, analizy tekstów oraz quizów.

zapisz się **Kulturowo-egzystencjalna interpretacja arcydzieł literatury światowej – kurs stacjonarny**

dr hab. Józef L. Krakowiak

434 zł/32 h

Podczas kursu Słuchacze wraz z Wykładowcą uprawiać będą myślenie filozoficzno-egzystencjalistyczne za pomocą literatury, aby uchwycić zasadnicze przemiany europejskiej kultury, od narodzin demokracji po społeczeństwo otwarte, oraz najistotniejsze wymiary ludzkiej egzystencji, jak: miłość, lęk, trwoga, bunt, wyobraźnia, wolność, praca, ubóstwo, śmierć, tragizm, śmiech, absurd, męstwo bycia, „twarz”, prawo, pomsta i dialog. Omówione zostaną w całości lub we fragmentach takie dzieła, jak: *Oresteia*, *Uczta*, *Imię róży*, *Hamlet*, *Dżuma*, *Idiota* czy *Czekając na Godota*.

zapisz się **Literatura latynoamerykańska dla osób anglojęzycznych / Latin American literature for English speakers – kurs stacjonarny** **nowy!**

dr Luis Milette

407 zł/30 h

PL:

Kurs prowadzony w języku angielskim. Do uczestnictwa w kursie wymagana jest znajomość języka angielskiego na poziomie minimum B2.

Kurs oferuje dogłębną analizę powieści z kanonu literatury latynoamerykańskiej, podkreślając ich znaczenie literackie i kontekst kulturowy. Słuchacze poznają twórczość autorów z różnych krajów, uzyskując wgląd w bogate tradycje narracyjne oraz społeczno-polityczne realia regionu Ameryki Łacińskiej.

ENG:

The course will be conducted in English. A minimum B2 level of English is required to participate in the class.

This course offers an in-depth exploration of seminal Latin American novels, emphasizing their literary significance and cultural contexts. Students will engage with works from diverse countries, gaining insights into the region's rich narrative traditions and socio-political landscapes.

zapisz się **Najciekawsze problemy historii Indii starożytnych – kurs stacjonarny** **nowy!**

mgr Kacper Lepionka

407 zł/30 h

Kurs stanowi krytyczne wprowadzenie w historię Indii starożytnych. W ramach zajęć przeanalizujemy szereg zagadnień, które pozwolą nam dostrzec i zrozumieć fascynujące procesy historyczne, które kształtowały przez wieki kulturę, sztukę i religię Azji Południowej. W czasie naszych spotkań Słuchacze dowiedzą się też, na czym polega warsztat historyka lub historyczki starożytności oraz jakie znaczenie starożytna historia Indii ma dla współczesnego świata i jak ten świat stara się wpływać na dyskurs naukowy wokół starożytnych Indii.

mgr Kacper Lepionka**326 zł/24 h**

Kurs koncentruje się na analizie „Odysei” Homera i ukazaniu szerszego kontekstu, w którym dzieło to zostało skomponowane.

W czasie pierwszych spotkań będziemy zajmować się problemem, skąd w ogóle wzięła się „Odyseja”. Kiedy i w jakim kontekście powstała, oraz w jaki sposób przetrwała do naszych czasów. Zastanowimy się też nad tym, jak tekst ten wygląda na tle epoki oraz jaką rolę odegrał w dziejach kultury klasycznej i literatury światowej. Następnie będziemy zajmować się lekturą i analizą wybranych miejsc „Odysei”. Szczególną uwagę będziemy zwracać na struktury literackie, gry z konwencją i sposoby budowania napięcia przez Homera. W ostatniej części zajęć przyjrzymy się zaś zagadnieniu historyczności świata Homerowego, czyli pytaniu o relację między światem przedstawionym a rzeczywistością historyczną. Postaramy się przy tym, wychodząc od Homera, poszukać cech charakterystycznych kultury i organizacji społeczno-politycznej Starożytnej Grecji.

mgr Michał Bolek**407 zł/30 h**

Kurs obejmuje przeczytanie przez Słuchaczy 15 utworów z nordyckiego obszaru kulturowego, które omówimy na zajęciach w formie dyskusji otwartej i prowadzonej przez Wykładowcę, obejmującej wrażenia z lektury, poruszane problemy współczesności, przedstawione realia kulturowe, konstrukcję literacką oraz nawiązania do innych tekstów kultury.

Lista lektur, z zaznaczeniem, że w porozumieniu ze Słuchaczami może zostać zmodyfikowana przez Wykładowcę:

1. Jon Fosse, *Drugie imię. Septologia I-II*, tłum. Iwona Zimnicka, Warszawa 2023.
2. Sigríður Hagalín Björnsdóttir, *Wyspa*, tłum. Jacek Godek, Kraków 2018.
3. Tommi Kinnunen, *Powiedziała, że nie żałuje. Powieść drogi*, tłum. Sebastian Musielak, Poznań 2023.
4. Niviaq Korneliussen, *Dolina Kwiatów*, tłum. Agata Lubowicka, Wołowiec 2022.
5. Agneta Pleijel, *Wróżba. Wspomnienia dziewczynki*, tłum. Justyna Czechowska, Kraków 2016.
6. Auður Ava Ólafsdóttir, *Blizna*, tłum. Jacek Godek, Poznań 2020.
7. Ann-Helén Laestadius, *Kradzież*, tłum. Natalia Kołaczek, Białystok 2024.
8. Roy Jacobsen, *Niewidzialni*, tłum. Iwona Zimnicka, Poznań 2024.
9. Jonas Hassen Khemiri, *Wszystko, czego nie pamiętam*, tłum. Elżbieta Frątczak-Nowotny, Warszawa 2017.
10. Jussi Valtonen, *Nie wiedzą, co czynią*, tłum. Sebastian Musielak, Warszawa 2017.
11. Jonas Eika, *Po słońcu*, tłum. Maciej Bobula, Warszawa 2023.
12. Jonas Gardell, *Nigdy nie ocieraj łez bez rękawiczek*, t. 1: *Miłość*, tłum. Katarzyna Tubylewicz, Warszawa 2014.
13. Linn Strömsborg, *Kurwa, kurwa, kurwa*, tłum. Karolina Drozdowska, Warszawa 2023.
14. Laura Lindstedt, *Oneiron. Fantazja o kilku sekundach po śmierci*, tłum. Sebastian Musielak, Poznań 2021.
15. Kim Leine, *Prorocy z nad Fiordu Wieczności*, tłum. Justyna Haber-Biały i Agata Lubowicka, Warszawa 2016.

zapisz się **Wina musujące i wzmacniane: Kurs wiedzy z metodyką degustacji (oraz praktyką dla chętnych) – kurs stacjonarny** **nowy!**

dr Piotr Nagórka, mgr Marta Ręgowska

590 zł/34 h

Kurs obejmuje tematykę win specjalnych, tj. musujących i wzmacnianych. Spotkania skupiają się wokół takich tematów, jak: historia tworzenia win musujących i win wzmacnianych; regiony winiarskie i warunki klimatyczne uprawy winorośli w tych regionach; metody produkcji i ich wpływ na smak wina; nowe trendy dotyczące win specjalnych; produkcja win musujących i wzmacnianych w Europie i krajach pozaeuropejskich; zasady łączenia wina z jedzeniem; komponenty win musujących i wzmacnianych oraz podstawy praktyczne kluczowe dla ich profesjonalnej degustacji.

zapisz się **Wiosenne spacery po Warszawie (architektura, urbanistyka i nie tylko) – część II – kurs stacjonarny** **nowy!**

dr Adam Tyszkiewicz

475 zł/35 h

Na kursie zostaną przedstawione wybrane obszary lewobrzeżnej i prawobrzeżnej Warszawy. Jednocześnie zostaną omówione dzieje i architektura najważniejszych budynków Warszawy. Prowadzący kursu będzie zwracał uwagę na procesy urbanistyczne, które zachodziły na przestrzeni wieków w stolicy Polski. Duży nacisk będzie położony na ukazanie roli małej architektury w kształtowaniu przestrzeni publicznej (fontanny, pomniki, tablice pamiątkowe). Wykładowca planuje przeprowadzić zajęcia w formie spacerów (oprócz pierwszego spotkania) tak, by Słuchacze mieli możliwość podyskutować o architekturze, urbanistyce, rozplanowaniu ulic w wytypowanych wcześniej lokalizacjach.

JĘZYKI ŚWIATA

KURSY ONLINE

zapisz się **Academic Writing. Pisanie akademickie – nie tak straszne, jak się wydaje – część II (poziom C1) – kurs online**

dr Elżbieta Niewiadoma

781 zł/36 h

Program kursu opiera się na materiałach tekstowych, przedstawiających rzetelne i autentyczne przykłady pisania akademickiego oraz na materiałach ćwiczeniowych, mających na celu dostarczyć wiedzę teoretyczną i praktyczną dotyczącą stylistyki akademickiej, ortografii, słownictwa i zwrotów akademickich. Słuchacze zapoznają się również z podstawowymi formami pisania w zakresie akademickim – w drugiej części kursu są to recenzje, reportaże akademickie, krótkie artykuły akademickie, rozprawki typu *'argumentative/persuasive'* oraz *'compare/contrast'* – i ćwiczą ich pisanie. Dodatkowo, Słuchaczom przedstawione są podstawowe style cytowania akademickiego oraz praktyczne porady do wykorzystania w pisaniu akademickim, m.in. z jakich źródeł korzystać. Na podstawie tych zagadnień Słuchacze zdobywają i rozwijają kompetencje językowe związane z pisanem akademickim w języku angielskim na poziomie C1.

zapisz się **Angielski na co dzień – w domu, w pracy i w podróży (poziom B1/B2) – kurs online**

dr Sławomir Maskiewicz

611 zł/45 h

Kurs przeznaczony jest dla Słuchaczy na poziomie średnio zaawansowanym niższym, którzy pragną rozwijać wszystkie sprawności językowe ze szczególnym naciskiem na kształcenie sprawności mówienia. Zajęcia będą miały formę konwersacji (w parach i na forum) wokół tematyki zaczerpniętej z życia codziennego, w tym bieżących spraw społeczno-politycznych, zdrowego stylu życia, szeroko pojętej rozrywki, edukacji itp.

zapisz się **Angielski w biznesie / English for Business (poziom B2) – kurs online**

mgr Joanna Pawlak-Radzimińska

407 zł/30 h

Kurs przeznaczony dla Słuchaczy, którzy pragną doskonalić komunikację i umiejętności w zakresie języka biznesowego. Poruszone zostaną tematy nieformalnych i biznesowych spotkań, nawiązywania kontaktów służbowych, tworzenia prezentacji biznesowych, w tym opisywania i prezentacji danych. Słuchacze nauczą się pisać formy biznesowe, takie jak maile czy raporty, oraz rozwiązywać problemy w rozmowach telefonicznych w języku angielskim. Poszerzone zostanie słownictwo dotyczące: kariery, finansów, marketingu, etyki w biznesie, produkcji, zarządzania czasem, stresem, stylami zarządzania.

zapisz się **Angielski w korporacji – niezbędny językowy (poziom B1/B2) – kurs online**

prof. dr hab. Anna Borowska

407 zł/30 h

Tematyka kursu koncentruje się wokół kwestii związanych z komunikacją w firmie w języku angielskim i stosowanej w niej terminologii. Poruszane będą tematy obejmujące najważniejsze elementy codziennej pracy w biznesowym środowisku międzynarodowym. Sluchacze będą mogli zapoznać się z typowymi sytuacjami we wspomnianym środowisku. Ćwiczone będą wszystkie sprawności językowe: mówienie, pisanie, słuchanie i rozumienie tekstu pisanego.

zapisz się **As Precise As Possible – APAP FORTE MAX: a remedy for English "headaches" – struktury gramatyczno-leksykalne – remedialny kurs języka angielskiego – część III (poziom B2/C1) – kurs online**

mgr Monika Galbarczyk

407 zł/30 h

As Precise As Possible APAP FORTE MAX jest trzecią częścią kursu gramatyczno-leksykalnego. Uzupełnia wiadomości z poprzednich dwóch części: APAP i APAP FORTE. W części gramatycznej kurs APAP FORTE MAX skupia się na omówieniu funkcjonowania podstawowych części mowy, a w części leksykalnej – na słowotwórstwie, wybranych idiomach, słowach często mylonych, stosowanych w niepoprawnych kontekstach lub ludzko podobnych do słów występujących w języku polskim.

zapisz się **Business and Financial English – Essentials (poziom B1) – kurs online**

dr Agata Kocia

407 zł/30 h

Kurs ma na celu rozwinięcie i udoskonalenie umiejętności mówienia, rozumienia ze słuchu, rozumienia tekstu pisanego oraz pisanie w języku angielskim. W trakcie zajęć Sluchacze zapoznają się ze słownictwem biznesowym między innymi z takich dziedzin, jak: przygotowanie i wygłaszanie prezentacji, negocjacje, przeprowadzanie rozmów telefonicznych, delegacje służbowe, pobyt w restauracji. Sluchaczom zostanie również przedstawiona w wąskim zakresie terminologia z zakresu finansów.

zapisz się Business and Financial English – Advanced (poziom B2/C1) – kurs online

dr Agata Kocia

407 zł/30 h

Kurs ma na celu rozwinięcie i udoskonalenie umiejętności mówienia, rozumienia ze słuchu, rozumienia tekstu pisanego oraz pisanie w języku angielskim. W trakcie zajęć Słuchacze zapoznają się ze słownictwem biznesowym z takich obszarów jak: prowadzenie telekonferencji, przygotowywanie i wygłaszanie prezentacji, negocjacje, podejmowanie decyzji. Słuchaczom zostanie również przedstawiona terminologia z zakresu finansów.

zapisz się Business English (poziom B2/C1) – kurs online

dr Piotr Nagórka

407 zł/30 h

Zajęcia łączą konwersatorium z ćwiczeniami służącymi ugruntowaniu właściwego posługiwania się wyrażeniami specjalistycznymi i utartymi wyrażeniami stosowanymi w komunikacji biznesowej. Ćwiczenia wspomagają zarówno sprawności receptywne (słuchanie, czytanie), jak i sprawności produktywne (mówienie). Spotkania obejmują następujące obszary tematyczne:

1. Komunikacja w biznesie.
2. Produkcja przemysłowa.
3. Jakość produktów i usług.
4. Pozyskiwanie środków.
5. Zarządzanie przedsiębiorstwem.
6. Myślenie strategiczne.
7. Fuzje i przejęcia.
8. Strategie długofalowe.
9. Gospodarka rynkowa.
10. Handel i transport.
11. Relacje w pracy.
12. Sprawozdawczość społeczna.
13. Oddziaływanie na środowisko.
14. Marketing i sprzedaż.
15. Płacenie podatków.

zapisz się Czasy gramatyczne w języku angielskim dla początkujących (A1/A2) – kurs online

prof. dr hab. Anna Borowska

407 zł/30 h

Kurs przedstawia stosowanie i użycie czasów w języku angielskim na poziomie podstawowym. Podczas zajęć poruszane będą niezbędne zagadnienia obejmujące najważniejsze elementy codziennej komunikacji na poziomie gramatycznym w języku angielskim. Słuchacze będą mogli zapoznać się z typowymi strukturami niezbędnymi do wyrażania teraźniejszości, przeszłości i przyszłości w języku angielskim, a także zaobserwować ich stosowanie w oryginalnych nagraniach i materiałach wideo. Będą mogli zrozumieć krótkie wypowiedzi pisemne i ustne na poziomie podstawowym.

zapisz się **Dziewięć żyć kota – część II. Ewolucja roli społecznej kota domowego w krajach anglosaskich w XXI wieku – kurs języka angielskiego (poziom B2) – kurs online** nowy!

dr Katarzyna Fetlińska

271 zł/20 h

Podczas zajęć Słuchacze zapoznają się ze społeczną i kulturową rolą, jaką koty domowe wywierają w XXI wieku w krajach anglosaskich – USA, Wielkiej Brytanii i Australii.

Zajęcia polegają na realizacji tematu z wykorzystaniem materiałów – artykułów z gazet, audycji i klipów wideo – związanych z określonym aspektem kulturowym. Słuchacze poznają słownictwo z różnych dziedzin (np. historia, życie rodzinne, geografia, nauka), a następnie wykorzystują je w ćwiczeniach przygotowanych przez Prowadzącą. Na podstawie materiałów omawiana będzie również gramatyka. Materiały są zróżnicowane pod względem stopnia trudności, stylu i odmiany języka angielskiego.

Celem zajęć jest zwiększenie zasobu słownictwa Słuchaczy, eliminacja błędów językowych oraz rozwijanie umiejętności wypowiadania się w języku angielskim, przy jednoczesnym poszerzeniu zakresu wiedzy na temat kultury.

zapisz się **Engaging Conversations I – konwersacyjny kurs języka angielskiego – część I (poziom C1) – kurs online**

mgr Paweł Ozyra

781 zł/36 h

Oryginalny kurs autorski, będący doskonałym uzupełnieniem kursów ogólnojęzykowych, adresowany do osób pragnących zwiększyć skuteczność ustnej komunikacji oraz poszerzyć słownictwo tematyczne związane z aktualnymi zagadnieniami, takimi jak bioetyka, przeszczepy, uroda i inteligencja, inwigilacja, środowisko, agresja na drodze, globalizacja, różnice kulturowe, sukcesy i porażki, kontrowersje wokół sportu, moda, kino. Poprzez wypowiedzi na forum oraz dyskusje w parach i grupach Słuchacze będą mieli możliwość ćwiczenia i doskonalenia umiejętności i strategii komunikacyjnych, takich jak formułowanie opinii, argumentowanie, aktywne słuchanie rozmówcy, podsumowanie dyskusji, parafrazowanie itp. Zajęcia prowadzone będą w nowoczesny i innowacyjny sposób, z wykorzystaniem autentycznych materiałów audiowizualnych.

zapisz się **Engaging Conversations II – konwersacyjny kurs języka angielskiego – część II (poziom C1) – kurs online**

mgr Paweł Ozyra

781 zł/36 h

Autorski kurs konwersacyjny *online*, zawierający stymulujące, prowokujące oraz zabawne tematy, mające na celu zmaksymalizowanie umiejętności komunikacyjnych Słuchaczy, pragnących poznać nowoczesne słownictwo dotyczące aktualnych zagadnień, takich jak równość płci, uczciwość, konsumpcjonizm, robotyka i sztuczna inteligencja, niekonwencjonalne formy podróżowania i zwiedzania, zarządzanie czasem, miłość i związki międzyludzkie, spełnianie marzeń, operacje plastyczne, szczęście, palenie. Słuchacze będą mieli okazję doskonalić umiejętność mówienia poprzez wypowiedzi na forum, dyskusje w parach i grupach oraz aktywny udział w debatach. Główny nacisk zajęć położony będzie na aktywne stosowanie przez Słuchaczy nowo poznanego słownictwa oraz rozwijanie umiejętności krytycznego myślenia, dyskutowania, argumentowania, przekonywania do swoich racji, ale i zdolności rozumienia innego punktu widzenia.

zapisz się **Engaging Conversations III – konwersacyjny kurs języka angielskiego – część III (poziom C1) – kurs online**

mgr Paweł Ozyra

781 zł/36 h

Nowoczesny kurs konwersacyjny online oparty na programie autorskim, skierowany do osób, które chcą dyskutować na tematy związane z bieżącymi wydarzeniami na świecie, polityką, kulturą i stylem życia. Spotkania umożliwią pracę nad płynnością i poprawnością mówienia w języku angielskim. Pozwolą Słuchaczom wzbogacić repertuar czynnie używanego słownictwa związanego z zagadnieniami, takimi jak imigracja, długowieczność, aktywność fizyczna, dieta, reklama, media i cenzura, stereotypy, zachowanie nastolatków, ekonomia, nauka i technologia, zagrożenia w sieci. Istotnym założeniem kursu jest ćwiczenie strategii przydatnych w trakcie rozmów/debat/spotkań, takich jak formułowanie opinii, argumentowanie poglądów, uprzejme odrzucenie opinii rozmówcy, umiejętność aktywnego słuchania, komentarze i pytania mające na celu podtrzymanie rozmowy, parafraza, emfaza, generalizowanie, wykorzystanie języka formalnego i nieformalnego.

zapisz się **English unlocked: speak with confidence – intensywny kurs letni języka angielskiego z naciskiem na skuteczną komunikację (poziom B1/B2) – kurs online** nowy!

dr Renata Botwina

516 zł/38 h

Kurs to propozycja dla osób, które chcą rozwijać swoje umiejętności językowe na poziomie średnio zaawansowanym wyższym (B1/B2). Zajęcia koncentrują się na rozwoju praktycznych kompetencji komunikacyjnych poprzez rozmowy na tematy związane z życiem codziennym, kulturą, społeczeństwem i zainteresowaniami Słuchaczy. Kurs obejmuje także ćwiczenia rozwijające słownictwo, poprawność gramatyczną i płynność w mówieniu.

zapisz się **Gramatyka angielska krok po kroku / Step by step – a gradual approach to good English grammar (poziom A2/B1) – kurs online**

dr Anna Murkowska

407 zł/30 h

Celem kursu, który dotyczy gramatyki angielskiej na poziomie A2/B1, prowadzonego w języku angielskim, jest rozwijanie świadomości gramatycznej Słuchaczy w celu pogłębiania ich wiedzy gramatycznej i zdolności komunikacyjnych. Kurs jest ukierunkowany na poznawanie znaczeń, form oraz struktur gramatycznych i obejmuje listę ważnych tematów gramatycznych, takich jak czasy angielskie, czasowniki modalne, wyrażanie mnogości, użycie przedimków, zdania względne, zdania warunkowe, komplementacja czasownikowa, a także aspekty gramatyczne mowy zależnej i znaczenie konstrukcji biernych.

zapisz się **In English, please – porozmawiajmy o sprawach duchowych. Kurs języka angielskiego – część IV (poziom B1/B2) – kurs online**

dr Sławomir Maskiewicz

407 zł/30 h

Kurs obejmuje wprowadzanie nowych i utrwalanie poznanych uprzednio struktur gramatyczno-leksykalnych przewidzianych dla poziomu B1/B2, koncentrujących się wokół szeroko pojętej tematyki życia duchowego, w tym kultury, sztuki (filmy, przedstawienia, literatura) oraz osiągnięć życiowych, sukcesu, emocji, kontaktów towarzyskich, także w formie *on-line*. W trakcie kursu kształcone będą wszystkie sprawności językowe, w tym głównie sprawność mówienia i rozumienia ze słuchu. Kurs kierowany jest głównie do silnie zmotywowanych Słuchaczy gotowych do samodzielnej pracy nad akwizycją języka, w tym do regularnego odrabiania pracy domowej.

zapisz się **„Ja, która wyruszam a ja, która wracam”. Podróże dalekie i bliskie Angielek w XIX i na początku XX wieku (poziom C1) – kurs online** **nowy!**

mgr Katarzyna Kłosińska

651 zł/30 h

Biografie wybranych podróżniczek będą inspiracją do przedstawienia sytuacji społecznej i politycznej kobiet ze szczególnym uwzględnieniem problemu dostępu do edukacji (zwłaszcza na poziomie uniwersyteckim) i do rynku pracy, a także uwarunkowań kulturowych i społecznych ograniczających swobodę decydowania o własnym życiu. Omówione zostaną bariery prawne, społeczne i kulturowe, które kobiety musiały pokonywać, aby realizować swoje ambitne plany i marzenia podróżnicze.

Kurs ma również na celu przedstawienie reakcji rodzin, przyjaciół, środowisk akademickich i naukowych, jak również opinii publicznej na nieoczywiste wybory bohaterki kursu.

zapisz się **Komunikacja w firmie w języku angielskim (poziom B1) – kurs online**

prof. dr hab. Anna Borowska

407 zł/30 h

Tematyka kursu koncentruje się wokół zagadnień związanych z komunikacją w firmie w języku angielskim. Podczas zajęć poruszane będą niezbędne tematy obejmujące najważniejsze elementy codziennej pracy w biznesowym środowisku międzynarodowym lub wymagającym stosowania języka angielskiego w codziennej pracy. Słuchacze będą mogli zapoznać się z typowymi sytuacjami występującymi w codziennej komunikacji biznesowej. W trakcie kursu ćwiczone będą wszystkie sprawności językowe: mówienie, pisanie, słuchanie i rozumienie tekstu pisanego.

[zapisz się](#)

Let's discuss it. Zaawansowane konwersacje w języku angielskim (poziom B2/C1) – kurs online

[nowy!](#)

dr Elżbieta Niewiadoma

781 zł/36 h

Kurs jest realizowany w formie zdalnej na platformie ZOOM i prowadzony w języku angielskim na poziomie B2/C1. Program kursu opiera się na materiałach tekstowych oraz audiowizualnych poruszających tematy, takie jak: praca i życie profesjonalne, świat cyfrowy, życie osobiste i psychologia, kultura, sporty ekstremalne, przesady. Na podstawie tych zagadnień Słuchacze rozwijają kompetencje językowe związane z mówieniem i dyskutowaniem w języku angielskim na poziomie B2/C1. Jednocześnie Słuchacze zapoznają się ze słownictwem i zagadnieniami gramatycznymi istotnymi dla tematu w celu posiadania konkretnej podstawy do uczestniczenia w rozmowach i dyskusjach.

[zapisz się](#)

Let's discuss it. Zaawansowane konwersacje w języku angielskim – część II (poziom C1/C2) – kurs online

[nowy!](#)

dr Elżbieta Niewiadoma

488 zł/36 h

Kurs jest realizowany w formie zdalnej na platformie ZOOM i prowadzony w języku angielskim na poziomie C1/C2. Program kursu opiera się o materiały tekstowe oraz audiowizualne poruszające tematy takie, jak: kultura, finanse, język, nietuzinkowe wyrażenia, podróże i turystyka, obiekty UNESCO, uczucia, etyka. Na podstawie tych zagadnień Słuchacze rozwijają kompetencje językowe związane z mówieniem i dyskutowaniem w języku angielskim na poziomie C1/C2. Jednocześnie Słuchacze zapoznają się ze słownictwem i zagadnieniami gramatycznymi istotnymi dla tematu, w celu posiadania konkretnej podstawy do uczestniczenia w rozmowach i dyskusjach.

[zapisz się](#)

Morning English with video: angielski audiowizualnie. Język angielski na poziomie średnio zaawansowanym (poziom B2) – kurs online

[nowy!](#)

dr Elżbieta Niewiadoma

488 zł/36 h

Kurs jest realizowany w formie zdalnej na platformie ZOOM i prowadzony w języku angielskim na poziomie B2. Program kursu jest oparty na tematycznych materiałach audiowizualnych, m.in. TEDtalk, minifilmy dokumentalne, wideo-poradniki, oraz rozmaite filmiki tematyczne, dotyczące niecodziennych tematów z obszaru m.in. biznes, środowisko i natura, wyzwania języka angielskiego, powiedzenia amerykańskie i brytyjskie, wydarzenia kulturowe i zwyczaje, życie współczesne. Podczas zajęć Słuchacze oglądają dany filmik i zapoznają się ze słownictwem, które w nim występuje, co odbywa się m.in. za pomocą zadań sprawdzających zrozumienie danej treści. Słuchacze podejmują się dyskusji i rozmowy, dzieląc się swoimi opiniami, interpretacjami oraz analizą przedstawionego materiału. Materiały są podzielone według modułów tematycznych.

zapisz się **Mów pewniej o codziennym życiu – kurs języka angielskiego (poziom A2/B1)**
– kurs online **nowy!**

dr Katarzyna Fetlińska

380 zł/28 h

Kurs skierowany jest do Słuchaczy, którzy posiadają zasób słownictwa na poziomie A2 i potrafią wykorzystać w ćwiczeniach podstawowe struktury gramatyczne, pozwalające im tworzyć zdania w czasie teraźniejszym, przeszłym i przyszłym, lecz nie czują się pewnie, wykorzystując tę wiedzę podczas mówienia.

Kurs umożliwia Słuchaczom nabranie pewności w wypowiedzianiu się, poszerzenie zakresu słownictwa czynnego, a także automatyczne wykorzystanie struktur gramatycznych w praktyce, co ma na celu pomóc Słuchaczom w kształtowaniu umiejętności komunikacyjnych.

Zajęcia polegają na realizacji tematu konwersacyjnego z wykorzystaniem materiałów audiowizualnych i praktycznych ćwiczeń z zakresu mówienia, odwzorowujących realistyczne sytuacje.

zapisz się **Mów płynniej w podróży – kurs języka angielskiego (poziom B1) – kurs online** **nowy!**

dr Katarzyna Fetlińska

271 zł/20 h

Kurs skierowany jest do Słuchaczy, którzy posiadają zasób słownictwa na poziomie B1 i umieją wykorzystać w ćwiczeniach struktury gramatyczne na poziomie średniozaawansowanym, pozwalające im tworzyć zdania w czasie teraźniejszym, przeszłym i przyszłym, lecz nie czują się pewnie, wykorzystując tę wiedzę podczas mówienia.

Kurs umożliwia Słuchaczom nabranie pewności w wypowiedzianiu się, poszerzenie zakresu słownictwa czynnego, a także automatyczne wykorzystanie struktur gramatycznych w praktyce, co ma na celu pomóc Słuchaczom w kształtowaniu umiejętności komunikacyjnych.

Zajęcia polegają na realizacji tematu konwersacyjnego z wykorzystaniem materiałów audiowizualnych i praktycznych ćwiczeń z zakresu mówienia, odwzorowujących realistyczne sytuacje.

zapisz się **Perfect English – Listen and Speak/Perfekcyjny angielski – rozmawiaj i słuchaj (poziom B1/B2) – kurs online**

dr Agata Kocia

407 zł/30 h

Słuchacze podczas kursu będą ćwiczyć umiejętność słuchania ze zrozumieniem oraz mówienia w języku angielskim. W trakcie kursu poruszane będą takie tematy, jak: motywacja, podróże i turystyka, przestępstwa i kara, pogoda, miasta, sport, reklama i media oraz stereotypy. Słuchacze poszerzą słownictwo z omawianych tematów oraz będą ćwiczyć umiejętność słuchania ze zrozumieniem i mówienia w języku angielskim.

zapisz się **Practice Makes Perfect. Angielski w mediach. Kurs języka angielskiego (poziom B2) – kurs online**

dr Sławomir Maskiewicz

407 zł/30 h

Kurs przewidziany dla Słuchaczy na poziomie co najmniej średnio zaawansowanym, lecz nie wyższym niż C1. Kurs obejmuje szeroko pojętą tematykę mediów oraz spraw bieżących w nich poruszanych, w tym zagadnień związanych z odkryciami naukowymi, wybranymi kwestiami społecznymi, wydarzeniami kulturowymi, politycznymi oraz sprawami ekonomicznymi z kraju i ze świata. Kurs ma na celu stworzenie platformy wymiany doświadczeń, przeżyć i odczuć Słuchaczy w odniesieniu do omawianych tematów w języku angielskim w oparciu o materiały z zajęć. Słuchacze będą mogli podejmować w trakcie zajęć kwestie, które wydadzą im się szczególnie interesujące w zakresie omawianej tematyki, np. ze względu na aktualność problemu. Kurs obejmuje rozwijanie wszystkich czterech sprawności językowych ze szczególnym naciskiem na kształcenie sprawności mówienia, w tym płynności i poprawności komunikacji.

zapisz się **Practice Makes Perfect. Wzbogacaj słownictwo w praktyce. Kurs języka angielskiego – część II (poziom B2/C1) – kurs online**

dr Sławomir Maskiewicz

407 zł/30 h

Kurs języka angielskiego na poziomie B2/C1 dla Słuchaczy pragnących podnieść swoją znajomość słownictwa, frazeologii i idiomatyki angielskiej, zwłaszcza w zakresie tzw. *real-life situations*. W trakcie kursu szczególny nacisk położony zostanie na kształcenie sprawności mówienia oraz rozumienia ze słuchu poprzez rozmowę w parach i na forum na wybrane tematy z życia codziennego, np. zdrowie, polityka, kultura – w oparciu o autentyczne teksty i nagrania. Słuchacze będą doskonalić płynność i poprawność wypowiedzi oraz doskonalić interakcję językową na poziomie zaawansowanym.

zapisz się **Prowadzenie korespondencji firmowej i pisanie e-maili w języku angielskim (poziom B1/B2) – kurs online**

prof. dr hab. Anna Borowska

407 zł/30 h

Tematyka kursu koncentruje się wokół wybranych zagadnień związanych z pisanem e-maili i prowadzeniem korespondencji biznesowej w codziennym życiu zawodowym. Podczas zajęć poruszane będą niezbędne tematy obejmujące najważniejsze elementy komunikacji w wybranym kontekście, tak aby Słuchacze mogli porozumiewać się w zawodowym środowisku międzynarodowym na poziomie B1/B2. Słuchacze będą mogli zapoznać się z gramatyką i typowymi zwrotami stosowanymi w codziennej komunikacji pisemnej w języku angielskim. W trakcie kursu ćwiczone będzie pisanie, dobór odpowiednich zwrotów w danym rejestrze językowym, rozumienie tekstu pisanego, ale także mówienie. Dla chętnych przewidziane są także krótkie prezentacje wybranego zagadnienia. Na początku każdego spotkania ma miejsce powtórzenie materiału z poprzednich zajęć i szczegółowe sprawdzanie prac domowych.

zapisz się

Timeless tales: master English through engaging short stories / Ponadczasowe opowieści: opanuj angielski dzięki wciągającym historiom (poziom B2/C1) – kurs online

nowy!

mgr Iadan Farah Bakhsh

407 zł/30 h

ENG:

This course is designed for those who want to improve their English while exploring the world of iconic short stories. Each week, Students will delve into a new story, examining its themes, characters, and cultural significance. Through engaging activities such as vocabulary building, guided discussions, creative writing, and storytelling exercises, participants will enhance their reading, writing, speaking, and critical thinking skills. By the end of the course, Students will not only have a stronger command of the English language but also a deeper appreciation for the power of storytelling as a means of connecting people and ideas.

PL:

Ten kurs jest przeznaczony dla osób, które chcą doskonalić swój angielski, jednocześnie odkrywając świat kultowych opowiadań. Każdego tygodnia Słuchacze zagłębią się w nową historię, analizując jej motywy, postacie i znaczenie kulturowe. Dzięki angażującym aktywnościom, takim jak rozwijanie słownictwa, moderowane dyskusje, twórcze pisanie i ćwiczenia narracyjne, Słuchacze rozwiną swoje umiejętności czytania, pisania, mówienia oraz krytycznego myślenia. Pod koniec kursu będą nie tylko lepiej władać językiem angielskim, ale także głębiej docenią siłę opowieści jako narzędzia łączącego ludzi i idee.

zapisz się

Uaktywnij swój angielski – część II (poziom A2) – kurs online

dr Katarzyna Fetlińska

651 zł/48 h

Zajęcia kursu polegają na realizacji tematu z wykorzystaniem ćwiczeń oraz materiałów audiowizualnych. Słuchacze poznają, dzięki temu, słownictwo i gramatykę mające pomóc w codziennej komunikacji, a następnie wykorzystują uzyskaną wiedzę w moderowanych konwersacjach.

Celem kursu jest kształcenie umiejętności wypowiadania się w języku angielskim, przy jednoczesnym poszerzeniu zakresu wiedzy na temat kultury współczesnej.

zapisz się

Uaktywnij swój angielski – część III (poziom A2/B1) – kurs online

dr Katarzyna Fetlińska

651 zł/48 h

Zajęcia polegają na realizacji tematu z wykorzystaniem ćwiczeń oraz materiałów audiowizualnych. Słuchacze poznają dzięki temu słownictwo i gramatykę, mające pomóc im w codziennej komunikacji, a następnie wykorzystują je w moderowanych konwersacjach.

Celem zajęć jest kształcenie umiejętności wypowiadania się w języku angielskim, przy jednoczesnym poszerzeniu zakresu wiedzy na temat kultury współczesnej.

zapisz się **Uaktywnij swój angielski – część IV (poziom B1) – kurs online**

dr Katarzyna Fetlińska

651 zł/48 h

Zajęcia polegają na realizacji tematu z wykorzystaniem ćwiczeń oraz materiałów audiowizualnych. Słuchacze poznają dzięki temu słownictwo i gramatykę, mające pomóc im w codziennej komunikacji, a następnie wykorzystują je w moderowanych konwersacjach.

Celem zajęć jest kształcenie umiejętności wypowiadania się w języku angielskim, przy jednoczesnym poszerzeniu zakresu wiedzy na temat kultury współczesnej.

zapisz się **Uaktywnij swój angielski – część V (poziom B1) – kurs online**

dr Katarzyna Fetlińska

651 zł/48 h

Zajęcia polegają na realizacji tematu z wykorzystaniem ćwiczeń oraz materiałów audiowizualnych. Słuchacze poznają dzięki temu słownictwo i gramatykę, mające pomóc im w codziennej komunikacji, a następnie wykorzystują je w moderowanych konwersacjach.

Celem zajęć jest kształcenie umiejętności wypowiadania się w języku angielskim, przy jednoczesnym poszerzeniu zakresu wiedzy na temat kultury współczesnej.

zapisz się **Uaktywnij swój angielski – część VII (poziom B1) – kurs online**

dr Katarzyna Fetlińska

611 zł/45 h

Zajęcia polegają na realizacji tematu z wykorzystaniem ćwiczeń oraz materiałów audiowizualnych. Słuchacze poznają dzięki temu słownictwo i gramatykę, mające pomóc im w codziennej komunikacji, a następnie wykorzystują je w moderowanych konwersacjach.

Celem zajęć jest kształcenie umiejętności wypowiadania się w języku angielskim, przy jednoczesnym poszerzeniu zakresu wiedzy na temat kultury współczesnej.

zapisz się **YOLO! You only live once! Żyje się tylko raz! – Życiowe sprawy po angielsku (poziom A1) – część II – kurs online** nowy!

mgr Justyna Jonatowska

271 zł/20 h

Kurs skierowany jest do Słuchaczy, którzy powracają do nauki po przerwie i chcą przyswoić/przypomnieć sobie podstawowe zwroty i słownictwo oraz podstawowe konstrukcje gramatyczne, oraz do Słuchaczy, którzy rozpoczęli już naukę języka angielskiego i znają podstawowe sformułowania z popularnymi czasownikami: *be, can, like, live, work*. Zagadnienia poruszane na kursie obejmują oczywiste i popularne sytuacje codzienne. Poszczególne tematy koncentrują się wokół czynności i stanów wykonywanych na co dzień. Słuchacze poznają słownictwo i sformułowania oparte na dobranych do sytuacji przykładowych czasownikach oraz konteksty codziennego życia, w których są one używane.

zapisz się **YOLO! You only live once! Żyje się tylko raz! Życiowe sprawy po angielsku**
część IV – Consolidation (poziom A1) – kurs online

mgr Justyna Jonatowska

271 zł/20 h

Kurs przeznaczony jest dla Słuchaczy powracających do nauki po przerwie lub Słuchaczy, którzy rozpoczęli już naukę języka angielskiego i znają podstawowe sformułowania dotyczące takich tematów jak: umiejętności, hobby, praca, rodzina, wygląd zewnętrzny, ubrania, kolory, liczby, miejsca, określenia czasu oraz poznali struktury pozwalające wyrazić sytuacje związane z teraźniejszością, przeszłością i przyszłością. Głównym założeniem kursu jest praktyczne przećwiczenie poznanych struktur (m.in. czasy Present Simple, Present Continuous, Past Simple, Present Perfect, Past Continuous, be going to, Future Simple).

Zagadnienia poruszane na kursie obejmują oczywiste i popularne sytuacje codzienne, a ćwiczenia interaktywne są dobrane tak, aby maksymalnie zaktywizować Słuchaczy w zakresie formułowania wypowiedzi ustnych.

zapisz się **Z angielskim przez życie – część I. Kurs języka angielskiego (poziom A1)**
– kurs online

dr Sławomir Maskiewicz

543 zł/40 h

Kurs obejmuje wprowadzenie i utrwalenie podstawowego słownictwa i struktur gramatycznych dla zupełnie początkujących. Oprócz materiału morfosyntaktycznego, kurs wprowadza zagadnienia kultury krajów angielskiego obszaru językowego oraz podstawy samokształcenia języka angielskiego. Kurs ma za zadanie zaprezentować podstawy fonetyki, leksyki i gramatyki angielskiej w możliwie przystępny sposób oraz pomóc Słuchaczom określić dalsze kierunki nauki języka angielskiego.

zapisz się **Zrozumieć gramatykę angielską / Understanding English Grammar**
(poziom B1/B2) – kurs online

dr Anna Murkowska

407 zł/30 h

Celem kursu, dotyczącego gramatyki angielskiej na poziomie B1/B2, prowadzonego w języku angielskim, jest rozwijanie świadomości gramatycznej Słuchaczy w celu pogłębiania ich wiedzy gramatycznej i zdolności komunikacyjnych. Wprowadzenie nowego podejścia do nauczania gramatyki, w którym formy i struktury gramatyczne postrzegane są jako system znaczeń, decydujących o wyborze poszczególnych form i struktur w danym kontekście językowym i sytuacyjnym, pozwala Słuchaczom na bardziej świadomy wybór i eliminuje błędy gramatyczne. Kurs obejmuje listę ważnych tematów gramatycznych, takich jak: czasy angielskie, czasowniki modalne, wyrażanie mnogości, użycie przedimków, zdania względne: zdania warunkowe, komplementacja czasownikowa, a także aspekty gramatyczne mowy zależnej i znaczenie konstrukcji biernych.

zapisz się **Zwiedzaj świat po angielsku – miłej podróży (poziom A2) – kurs online**

mgr Dorota Jurczyk

407 zł/30 h

Kurs przeznaczony jest dla Słuchaczy będących na poziomie A2, chcących rozwinąć znajomość języka angielskiego od podstaw i zainteresowanych podróżami. Program kursu obejmuje rozwinięcie umiejętności komunikacyjnych w zakresie prostych rozmów w sytuacjach życia codziennego i związanych z podróżami. Zrealizowane zostaną m.in. tematy, takie jak: podróże teraz i dawniej, ulubione środki transportu, rezerwacja biletów i miejsc hotelowych, opisywanie miejsc, ubieganie się o wizę, pisanie maili, zamawianie posiłków w restauracji, czytanie regulaminów, opisywanie własnych podróży lub planów wyjazdowych.

zapisz się **Arabski bez granic (poziom A1/A2) – kurs online**

dr Małgorzata Al-Khatib

557 zł/30 h

Kurs języka arabskiego dla początkujących (poziom docelowy zbliżony do A1/A2), stanowiący kontynuację kursu „Język arabski w pigułce (poziom A1)", realizowany na podstawie nowatorskiego podręcznika – *Al-madkhal. An introduction to spoken Arabic language*. W trakcie kursu Słuchacze będą uczyć się konwersacji po arabsku na podstawie wysokiej jakości wideoklipów zawierających dialogi oraz monologi, dotyczące różnych dziedzin życia codziennego oraz zawodowego (autoprezentacja, rodzina, przyjaciele, zainteresowania, codzienne oraz weekendowe aktywności, miejsca i usługi, uniwersytet, dom). Stopniowo wprowadzane będą niezbędne zagadnienia gramatyczne, odnoszące się do zagadnień realizowanych podczas lekcji oraz elementy translacji. Teksty dialogów będą w pełni wokalizowane, co znacznie ułatwi naukę czytania. Podczas kursu prezentowane będą również elementy arabskiej kultury masowej, ilustrowane autentycznymi materiałami video oraz fragmentami prasy arabskiej.

zapisz się **Arabski bez granic (poziom A2) – kurs online**

dr Małgorzata Al-Khatib

557 zł/30 h

W trakcie kursu Słuchacze uczą się konwersacji po arabsku na podstawie wysokiej jakości wideoklipów, zawierających dialogi oraz monologi, dotyczące różnych dziedzin życia codziennego oraz zawodowego (autoprezentacja, rodzina, przyjaciele, zainteresowania, codzienne oraz weekendowe aktywności, miejsca i usługi, uniwersytet, dom). Stopniowo wprowadzane są niezbędne zagadnienia gramatyczne, odnoszące się do zagadnień realizowanych podczas zajęć oraz elementy translacji. Teksty dialogów są w pełni wokalizowane, co znacznie ułatwia naukę czytania. Podczas kursu prezentowane są również elementy arabskiej kultury masowej, ilustrowane autentycznymi materiałami video oraz fragmentami prasy arabskiej.

zapisz się **Język arabski w pigułce (poziom A1) – kurs online**

dr Małgorzata Al-Khatib

557 zł/30 h

Kurs języka arabskiego dla zupełnych nowicjuszy (poziom docelowy: A1 niższy). Realizowany w oparciu o podręcznik *Alif Baa. An Introduction to Arabic Letters and Sounds*. W trakcie kursu Słuchacze stopniowo zapoznają się z alfabetem oraz wymową arabską, jednocześnie uczą się podstaw komunikacji w zakresie życia codziennego (np. powitania, nawiązywanie kontaktów, pytania o samopoczucie, najbliższą rodzinę, zajęcia, zakupy, restauracje i jedzenie, czas, wygląd zewnętrzny i odzież). Etap ten zostanie wzbogacony o materiał audio i video, dotyczący techniki pisania oraz zasad wymowy poszczególnych głosek, a także piosenki ułatwiające naukę słownictwa. Całość poparta będzie licznymi ćwiczeniami oraz elementami gramatyki. Cyklicznie wprowadzane elementy kultury i cywilizacji arabsko-muzułmańskiej omawiane będą z wykorzystaniem autentycznych materiałów, np. filmów. Na zakończenie zajęć przewidziane są warsztaty z kaligrafii arabskiej oraz ceremonia parzenia kawy.

zapisz się **Zdravej! Kak si? Język bułgarski z elementami kultury dla początkujących (poziom A1) – kurs online**

mgr Simeonka Veleva

557 zł/30 h

Kurs języka bułgarskiego to kurs dla Słuchaczy, którzy chcą poznać cyrylicę i podstawowe wyrazy gramatyczne oraz podstawowy zasób słownictwa, by móc posługiwać się językiem bułgarskim w codziennych sytuacjach. Po ukończeniu kursu Słuchacze będą mogli prowadzić pierwsze proste konwersacje w tym języku. Poznają także żywy, potoczny język, którym posługują się Bułgarzy na tym poziomie nauki języka, a także kwestie kulturowe Bułgarów.

Na zajęciach, oprócz klasycznych ćwiczeń gramatycznych z podręcznika, Słuchacze biorą aktywny udział – układają dialogi, rozwiązują quizy, słuchają bułgarskiej muzyki i rozumieją proste teksty piosenek.

zapisz się **A Paris au soleil et sous la pluie. W Paryżu w słońcu i w deszczu (poziom A2/B1) – kurs online**

mgr Hanna Mieszkowska

407 zł/30 h

Kurs będzie obejmował m.in. przedstawienie wybranych elementów kultury francuskiej (zabytki, geografia, film, kuchnia, literatura). Nie zabraknie podstawowych elementów gramatyki, niezbędnych do funkcjonowania w życiu codziennym. Wprowadzone zostaną także podstawowe elementy fonetyki francuskiej. Ponadto, rozwijane będą wszystkie cztery sprawności językowe, jednak ze szczególnym uwzględnieniem mówienia i rozumienia. Słuchacze nauczą się podstawowego słownictwa, potrzebnego do porozumiewania się i radzenia sobie w sytuacjach życia codziennego.

Wykorzystując materiały z prasy i dziennika tv, Słuchacze dostaną szansę stworzenia własnej prezentacji o charakterze informacyjno-dydaktycznym.

zapisz się **Avec plaisir. Mówimy po francusku i poznajemy kulturę Francji**
(poziom A1/A2) – kurs online

mgr Hanna Mieszkowska

407 zł/30 h

Kurs będzie obejmował m.in. przedstawienie wybranych elementów kultury francuskiej (zabytki, film, kuchnia, literatura). Nie zabraknie podstawowych elementów gramatyki, niezbędnych do funkcjonowania w życiu codziennym. Wprowadzone zostaną także podstawowe elementy fonetyki francuskiej. Ponadto rozwijane będą wszystkie cztery sprawności językowe, jednak ze szczególnym uwzględnieniem mówienia i rozumienia. Słuchacze nauczą się podstawowego słownictwa, potrzebnego do porozumiewania się i radzenia sobie w sytuacjach życia codziennego.

zapisz się **B1 perfectionnement, czyli doskonalenie umiejętności z poziomu B1**
(poziom B1) – kurs online

dr Katarzyna Wiśniewska-Szaran

724 zł/40 h

Treść kursu oparta jest o materiały autorskie: artykuły z prasy francuskiej, fragmenty filmów i audycji, ćwiczenia leksykalne. Kurs ma na celu rozwijanie wszystkich kompetencji: mówienie oraz czytanie, pisanie i słuchanie ze zrozumieniem. Słuchacze będą proszeni o przygotowywanie własnych wypowiedzi oraz o dyskusję na forum grupy lub w podgrupach na omawiany temat, jak i o pracę nad strukturami leksykalno-gramatycznymi.

Materiały do kursu pozwolą Słuchaczowi udoskonalić zagadnienia poruszone podczas zajęć na poziomie B1.

zapisz się **B2 perfectionnement, czyli doskonalenie umiejętności z poziomu B2**
(poziom B2) – kurs online nowy!

dr Katarzyna Wiśniewska-Szaran

651 zł/30 h

Treść kursu oparta jest o materiały autorskie: artykuły z prasy francuskiej, fragmenty filmów i audycji, ćwiczenia leksykalne. Kurs ma na celu rozwijanie wszystkich kompetencji: mówienie oraz czytanie, pisanie i słuchanie ze zrozumieniem. Słuchacze będą proszeni o przygotowywanie własnych wypowiedzi oraz o dyskusję na forum grupy lub w podgrupach na omawiany temat, jak i o pracę nad strukturami leksykalno-gramatycznymi.

Materiały do kursu pozwolą Słuchaczom udoskonalić zagadnienia poruszone podczas zajęć na poziomie B2.

zapisz się **Crème de la crème avec la cerise sur le gâteau, czyli co mogę zrobić (jeszcze) lepiej – część II (poziom B1/B2) – kurs online**

dr Dorota Nowak-Baranowska

456 zł/21 h

Kurs przeznaczony jest dla osób, które chciałyby uporządkować i udoskonalić swoje kompetencje językowe, zwłaszcza w zakresie stylistycznym i leksykalnym w ramach budowania wypowiedzi ustnej i pisemnej. Zajęcia są skierowane również do osób zainteresowanych samym językiem francuskim i zmianami, jakie w nim zachodzą.

Kurs został pomyślany jako uzupełnienie czy kontynuacja kursu *Crème de la crème – co mogę zrobić jeszcze lepiej? Kurs języka francuskiego (poziom B1/B2) – kurs online*. Stanowi on jednak odrębną całość i może być traktowany zupełnie niezależnie.

zapisz się **Crème de la crème – co mogę zrobić jeszcze lepiej? Kurs języka francuskiego (poziom B1/B2) – kurs online** **nowy!**

dr Dorota Nowak-Baranowska

365 zł/21 h

Kurs przeznaczony jest przede wszystkim dla Słuchaczy, którzy chcą uporządkować i udoskonalić swoje umiejętności językowe, pragną „wyszlifować” trudniejsze kwestie gramatyczne oraz „przeskoczyć” na wyższy poziom zaawansowania, dzięki bardziej zaawansowanej konstrukcji zdań, używaniu bogatszego słownictwa oraz spójniejszej i przekonującej wypowiedzi.

zapisz się **Discutons sur ce qui nous touche – konwersacje z języka francuskiego skupiające się na zagadnieniach dotyczących życia we współczesnym świecie (poziom B2) – kurs online** **nowy!**

mgr Dominika Wierzbowicz

434 zł/20 h

Program zajęć zakłada pogłębienie wiedzy językowej i kulturowej dotyczących języka francuskiego i Francji. Słuchacze, pracując z materiałami źródłowymi (audio, wideo, artykuły prasowe, teksty literackie), będą mieli sposobność poszerzyć swoją wiedzę, a zdobyte wiadomości (językowe i kulturowe) natychmiast użyć w praktyce.

Kurs ma na celu pomóc odblokować się w swobodnym mówieniu i wyrażaniu własnych poglądów i opinii w atmosferze szacunku i życzliwości.

zapisz się **Oko w oko z francuskim i kulturą francuską – kurs języka francuskiego dla początkujących (poziom A1) – kurs online**

mgr Hanna Mieszkowska

407 zł/30 h

Kurs będzie obejmował m.in. przedstawienie wybranych elementów kultury francuskiej (zabytki, geografia, film, kuchnia, literatura). Nie zabraknie podstawowych elementów gramatyki, niezbędnych do funkcjonowania w życiu codziennym. Wprowadzone zostaną także podstawowe elementy fonetyki francuskiej. Ponadto, rozwijane będą wszystkie cztery sprawności językowe, jednak ze szczególnym uwzględnieniem mówienia i rozumienia. Słuchacze nauczą się podstawowego słownictwa, potrzebnego do porozumiewania się i radzenia sobie w sytuacjach życia codziennego.

zapisz się **Pansements grammaticaux, czyli pogłębianie wiedzy i rozwijanie umiejętności z zakresu gramatyki języka francuskiego (poziom B1/B2) – kurs online** **nowy!**

mgr Dominika Wierzbowicz

362 zł/20 h

Kurs przeznaczony jest dla Słuchaczy znających język przynajmniej na poziomie B1.

Program zajęć zakłada powtórzenie i pogłębienie wiedzy językowej z zakresu wybranych zagadnień gramatyki języka francuskiego oraz swobodne ich użycia w sytuacjach życia codziennego, a być może i niecodziennego. Celem kursu jest opanowanie kompetencji językowych, z naciskiem na elementy gramatyczne z poziomów B1/B2 takie jak: strona bierna, mowa zależna, tryb subjonctif itd.. Słuchacze będą proszeni o przygotowanie wypowiedzi w formie prezentacji z użyciem ostatnio omawianych struktur na zadany lub wybrany przez siebie temat.

zapisz się **Parler français/ Dyskusja o Francji i nie tylko – wakacyjne konwersacje z języka francuskiego (poziom B2) – kurs online**

dr Katarzyna Wiśniewska-Szaran

434 zł/20 h

Kurs koncentruje się na rozwinięciu kompetencji mówienia na poziomie B2. Na podstawie zebranych aktualnych materiałów (reportaż, teksty artykułów, fragmenty filmów, itp.) Słuchacze będą mieli okazję pracować nad różnymi formami wypowiedzi, stosować w praktyce nowo poznane zwroty i wyrażenia. Pozwoli to również lepiej poznać i zrozumieć francuską kulturę.

zapisz się

Parler français: culture, société, politique, économie (troisième partie)/Dyskusja o Francji i nie tylko – wakacyjne konwersacje z języka francuskiego – część III (poziom C1) – kurs online

dr Katarzyna Wiśniewska-Szaran

434 zł/20 h

Kurs przeznaczony jest dla osób, które ukończyły zajęcia na poziomie B2 i chcą kontynuować rozwijanie kompetencji językowych, zwłaszcza wypowiedzi ustnej na kolejnym poziomie.

Kurs koncentruje się na rozwinięciu kompetencji mówienia na poziomie C1 na podstawie zebranych materiałów (reportaż, teksty artykułów, fragmenty filmów, elementy różnych podręczników z poziomu C1 itp.). Słuchacze będą mieli okazję pracować nad różnymi formami wypowiedzi, stosować w praktyce nowo poznane zwroty i wyrażenia. Pozwoli to również lepiej poznać i zrozumieć francuską kulturę.

zapisz się

Pour parler mieux A2 / Aby mówić lepiej. Konwersacje z języka francuskiego (poziom A2) – kurs online

nowy!

dr Katarzyna Wiśniewska-Szaran

543 zł/30 h

Kurs koncentruje się na rozwinięciu kompetencji mówienia na poziomie A2. Na podstawie zebranych aktualnych materiałów (teksty artykułów, fragmenty filmów, itp.) Słuchacze będą mieli okazję pracować nad różnymi formami wypowiedzi, stosować w praktyce nowo poznane zwroty i wyrażenia. Pozwoli to również lepiej poznać i zrozumieć francuską kulturę.

Materiały do kursu pozwolą Słuchaczom udoskonalić zagadnienia poruszone podczas zajęć na poziomie A2.

zapisz się

Pour parler mieux B1 / Aby mówić lepiej. Konwersacje z języka francuskiego (poziom B1) – kurs online

nowy!

dr Katarzyna Wiśniewska-Szaran

362 zł/20 h

Kurs koncentruje się na rozwinięciu kompetencji mówienia na poziomie B1. Na podstawie zebranych aktualnych materiałów (reportaż, teksty artykułów, fragmenty filmów, itp.) Słuchacze będą mieli okazję pracować nad różnymi formami wypowiedzi oraz stosować w praktyce nowo poznane zwroty i wyrażenia. Pozwoli to również lepiej poznać i zrozumieć francuską kulturę.

zapisz się **Złap gramatykę francuską za rogi! Czyli jak oswoić trudniejsze elementy gramatyki francuskiej – część III (poziom B2) – kurs online**

dr Katarzyna Wiśniewska-Szaran

608 zł/28 h

Kurs koncentruje się na rozwinięciu kompetencji gramatycznych na poziomie B2. Na podstawie zebranych aktualnych materiałów Słuchacze będą mieli okazję pracować nad różnymi zagadnieniami gramatycznymi i zastosować je w praktyce. Pozwoli to również lepiej poznać i zrozumieć francuską kulturę.

zapisz się **Język nowogrecki w dziesięciu prostych piosenkach (poziom A1) – kurs online** **nowy!**

dr hab. Przemysław Kordos, prof. ucz.

371 zł/20 h

Kurs wykorzystuje współczesną grecką muzykę, która łączy tradycje wschodnie i zachodnie, oferując unikalne brzmienie. Grecy cenią dotyk poezji w tekstach piosenek, które są autentyczne, wzruszające i rzadko banalne. Podczas zajęć uczestnicy poznają 10-12 prostych, znanych utworów, m.in. Mikisa Teodorakisa, Manosa Chadzidakisa czy Mariny Sati. Piosenki stanowią bazę do nauki słownictwa, gramatyki, do dialogów i ćwiczeń, a także wprowadzają w świat greckich emocji, relacji międzyludzkich i życia codziennego. To będzie skuteczny i angażujący sposób nauki języka i kultury.

zapisz się **Kalimera Elada! Język nowogrecki dla turysty z elementami wiedzy o kulturze i o wybranych zabytkach (poziom A1) – kurs online**

dr hab. prof. ucz. Przemysław Kordos

371 zł/20 h

Chociaż z początku język nowogrecki brzmi dziwnie i obco, niepodobnie do innych języków, które znamy, w rzeczywistości ma sporo wspólnego z tym, co już wiemy. Im dłużej się go uczymy, tym będzie nam łatwiej. Najtrudniejsze są początki: alfabet, podstawy ortografii i wymowy, pierwsze kilkadziesiąt słów. I z tymi wyzwaniem mierzą się Słuchacze kursu. Jest on tak pomyślany, by przekazać podstawowy pakiet językowy, ale obudowany modulem turystycznym i kulturowym.

zapisz się **Aprende a hablar en español / Naucz się mówić po hiszpańsku (poziom B1) – kurs online** **nowy!**

mgr Agnieszka Kowalewska

470 zł/26 h

Kurs przeznaczony dla wszystkich osób dążących do osiągnięcia i doskonalenia poziomu B1, które chciałyby mówić po hiszpańsku lepiej i swobodniej. Na podstawie aktualnych i ciekawych materiałów Słuchacze i Słuchaczki będą pracować nad różnymi formami wypowiedzi, stosować nowe słownictwo i wyrażenia w praktyce oraz poznają lepiej hiszpańską kulturę i zwyczaje.

zapisz się **Aprende y Veranea en Español – spędzaj lato po hiszpańsku (poziom A1/A2)**
– kurs online

mgr Agnieszka Kowalewska

362 zł/20 h

Kurs dla osób pragnących odświeżyć znajomość języka lub po kursie dla początkujących w poprzednim trymestrze. Kurs AVE (szybkiej kolei hiszpańskiej) dowiedzie Słuchaczki i Słuchaczy na stacje, na których poćwiczą znajomość języka i dowiedzą się ciekawych rzeczy na temat atrakcji turystycznych i kulturalnych Hiszpanii. Wyruszamy w lecie o 7.30 rano.

zapisz się **Colorín colorado / Hiszpański w tekstach kultury – część IV (poziom B2)**
– kurs online **nowy!**

mgr Karolina Stępień

1129 zł/52 h

Kurs prowadzony w języku hiszpańskim na poziomie B2 z wykorzystaniem zróżnicowanych tematycznie tekstów kultury, w tym filmów, odcinków seriali, piosenek, artykułów prasowych czy książek dziecięcych poddanych dorosłym interpretacjom. Każdy temat (kilka jednostek lekcyjnych) obejmować będzie ćwiczenia leksykalne, umożliwiające lekturę omawianych pozycji, część poświęconą utrwaleniu i wprowadzeniu nowych struktur gramatycznych, a także dyskusję na tematy poruszane w wybranych tekstach.

zapisz się **Coser y cantar, todo es empezar / Hiszpański krok po kroku – część IV (poziom A2/B1) – kurs online** **nowy!**

mgr Karolina Stępień

705 zł/52 h

Kurs prowadzony w języku hiszpańskim na poziomie A2/B1 z wykorzystaniem zróżnicowanych tematycznie materiałów, obejmujących także teksty kultury (filmy, piosenki, reklamy itp.). Zajęcia składać się będą z ćwiczeń leksykalnych, części poświęconej wprowadzeniu nowych struktur gramatycznych, a także konwersacji na tematy dotyczące życia codziennego i ćwiczenia wymowy.

zapisz się **Coser y cantar, todo es empezar / Hiszpański krok po kroku – część V (poziom A2/B1) – kurs online** **nowy!**

mgr Karolina Stępień

705 zł/50 h

Kurs prowadzony w języku hiszpańskim na poziomie A2/B1 z wykorzystaniem zróżnicowanych tematycznie materiałów, obejmujących także teksty kultury (filmy, piosenki, reklamy itp.). Zajęcia składać się będą z ćwiczeń leksykalnych, części poświęconej wprowadzeniu nowych struktur gramatycznych, a także konwersacji na tematy dotyczące życia codziennego oraz ćwiczenia rozumienia ze słuchu i wymowy.

zapisz się **Hiszpański i sławni Hiszpanie (poziom A1) – kurs online**

dr Łukasz Grutzmacher

678 zł/50 h

Intensywnej nauce podstaw języka hiszpańskiego będzie towarzyszyło przybliżanie postaci sławnych Hiszpanów, zajmujących ważne miejsce w hiszpańskiej kulturze.

Równolegle do rozwijania swoich kompetencji językowych, Słuchacze będą poznawali postaci sławnych Hiszpanów – zarówno tych, którzy zapisali się na kartach historii, jak i osób obecnie skupiających na sobie uwagę mediów. Zaprezentowani zostaną hiszpańscy władcy, odkrywcy, podróżnicy, malarze, kompozytorzy, pisarze, naukowcy, politycy, reżyserzy, aktorzy, piosenkarze i sportowcy.

zapisz się **Hiszpański na bieżąco (poziom A2) – kurs online**

dr Łukasz Grutzmacher

678 zł/50 h

Słuchacze nauczą się opisywać swoje doświadczenia oraz opowiadać o tym, co wydarzyło się w otaczającym ich świecie. Po wprowadzeniu trzech podstawowych w języku hiszpańskim czasów przeszłych, zostaną szczegółowo omówione i przećwiczone zasady ich poprawnego użycia w różnych sytuacjach. Jednocześnie Słuchacze będą rozszerzać znajomość środków leksykalnych i gramatycznych, pozwalających na rozbudowanie w języku hiszpańskim opisu swojego obecnego życia oraz opowiedzenie o swoich planach.

Podczas każdych zajęć ok. 15 minut zostanie poświęconych wybranej przez Prowadzącego wiadomości na temat bieżących wydarzeń politycznych, społecznych lub kulturalnych z Hiszpanii (krótki fragment artykułu, video lub nagrania audio).

zapisz się **¡Hola! Hiszpański dla początkujących (poziom A1) – kurs online** **nowy!**

mgr Katarzyna Blicharska

407 zł/30 h

Program obejmuje poznanie i utrwalenie podstaw gramatyki, podstawowego słownictwa tematycznego, zwrotów, struktur językowych i prostych wypowiedzi używanych w codziennych sytuacjach: podstawowe dialogi sytuacyjne, opisy osób, miejsc i przedmiotów. Zajęcia prowadzone ze szczególnym naciskiem na praktyczne aspekty i zapoznanie Słuchaczy z elementami codziennej kultury krajów hiszpańskojęzycznych: etykieta przywitań, pożegnań i zwracania się do osób; zwyczaje związane z uroczystościami, wypoczynkiem i podróżami. Ważnym elementem zajęć będzie nauka z tekstów hiszpańskojęzycznych piosenek.

zapisz się **Hola, ¿qué tal? – hiszpański dla początkujących (poziom A1) – kurs online** **nowy!**

mgr Katarzyna Blicharska

543 zł/40 h

Program obejmuje poznanie i utrwalenie podstaw gramatyki, podstawowego słownictwa tematycznego, zwrotów, struktur językowych i prostych wypowiedzi używanych w codziennych sytuacjach: podstawowe dialogi sytuacyjne, opisy osób, miejsc i przedmiotów. Zajęcia prowadzone ze szczególnym naciskiem na praktyczne aspekty i zapoznanie Słuchaczy z elementami codziennej kultury krajów hiszpańskojęzycznych: etykieta przywitania, pożegnań i zwracania się do osób; zwyczaje związane z uroczystościami, wypoczynkiem i podróżami; kultura jedzenia i picia w Hiszpanii; warunki życia i zamieszkania. Ważnym elementem zajęć będzie nauka z tekstów hiszpańskojęzycznych piosenek.

zapisz się **Paso a paso: hiszpański bez pośpiechu – część I (poziom A1) – kurs online** **nowy!**

mgr Karolina Stępień

624 zł/46 h

Kurs prowadzony w języku hiszpańskim na poziomie A1.1 dla osób, które chcą uczyć się języka w komfortowym tempie, bez presji i pośpiechu. Kurs skupia się na stopniowym przyswajaniu materiału, naturalnej komunikacji oraz budowaniu pewności siebie w używaniu języka. Podczas lekcji wykorzystywane będą zróżnicowane tematycznie materiały, obejmujące także teksty kultury (filmy, piosenki itp.). Zajęcia składać się będą z ćwiczeń leksykalnych, części poświęconej wprowadzeniu nowych struktur gramatycznych, a także konwersacji na tematy dotyczące życia codziennego i ćwiczenia wymowy.

zapisz się **Japoński w wakacje – letni kurs dla początkujących online (poziom A1) – kurs online**

mgr Ewa Podgórska

371 zł/20 h

Kurs „Japoński w wakacje” przeznaczony jest dla wszystkich Słuchaczy, którzy – korzystając z przyjemnej, letniej atmosfery – mają ochotę poszerzyć swoją wiedzę na temat Japonii i uzyskać podstawowe informacje w możliwie szerokim zakresie. Podczas kursu omawiane będą tematy związane z kulturą Japonii, językiem, kulinariami, podróżami i życiem codziennym. Kurs będzie znakomitą okazją, aby w bogactwie kultury japońskiej znaleźć coś dla siebie.

zapisz się **Alltagskommunikation, czyli niemiecki na co dzień (poziom A1/A2)**
– kurs online

mgr Katarzyna Zegadło

543 zł/40 h

Kurs na poziomie A1/A2 prowadzony w języku polskim i niemieckim, ukierunkowany na konwersację i użycie języka potocznego. Podczas kursu zostaną poruszone tematy, takie jak: zawieranie znajomości, prowadzenie konwersacji, wypełnianie formularza, pisanie *e-maila*, dokonywanie wpisu na forum społecznościowym, poruszanie się po mieście i zasięganie informacji, załatwianie spraw na dworcu kolejowym czy lotnisku, bank, lekarz oraz wzywanie pomocy, apteka, hotel, restauracja, zakupy w sklepie oraz zakupy przez Internet, dokonywanie rezerwacji przez Internet, zwroty i wyrażenia grzecznościowe oraz proste życzenia i ich odwzajemnianie. Zastosowanie kolorowych plansz, tabel, gier dydaktycznych, ćwiczeń interaktywnych ułatwi zrozumienie i zapewni efektywne uczenie się.

zapisz się **Deutsche Grammatik ist cool. Łatwa teoria połączona z praktycznym treningiem (poziom A1/B1) – kurs online**

mgr Katarzyna Zegadło

488 zł/36 h

Kurs prowadzony w języku polskim i niemieckim z zastosowaniem pomocy oraz technik ułatwiających zrozumienie i zapamiętanie materiału. Objaśnienia poszczególnych zagadnień nie zawierają zbędnej terminologii gramatycznej. Intensywny praktyczny trening prowadzi do zdobycia umiejętności sprawnego posługiwania się omawianymi strukturami. Podczas kursu poruszone zostaną następujące tematy: użycie rodzajników, odmiana i użycie różnych rodzajów czasowników, czasowniki rozdzielnie i nierozdzielnie złożone, budowa zdania oraz rodzaje zdań złożonych, prawidłowe użycie przypadków, przyimki i ich prawidłowe stosowanie, zaimek zwrotny „sich”, zastosowanie końcówek przymiotników, czasy wraz z zasadami użycia, długie złożenia wyrazowe.

zapisz się **Dobry start, czyli niemiecki od podstaw (poziom A1) – kurs online**

mgr Jadwiga Śmiechowska

407 zł/30 h

Kurs prowadzony będzie w języku polskim i niemieckim na poziomie A1, skierowany do Słuchaczy, którzy wcześniej nie uczyli się języka niemieckiego. Zrealizowane zostaną tematy, takie jak: udzielanie informacji o sobie, wyrażanie upodobań, rozmowa o sobie i swoim otoczeniu, modelach życia i rodziny. Słuchacze nauczą się porozumiewać w sytuacjach towarzyskich (kino, teatr, wystawa, przyjęcie), w supermarkecie, podczas podróży, np. w restauracji, czy w czasie wizyty u niemieckich znajomych. Poznają też zabytki, muzykę i specjały wiedeńskie. W czasie zajęć wykorzystane zostaną takie modele zadań i środki językowe, jak: udzielanie standardowych informacji; wyrażanie poglądów, planowanie; rozwiązywanie problemu; argumentowanie, nakazy, zakazy; dawanie wskazówek, wiadomości; informacje – SMS/e-mail oraz opisywanie; porównywanie; dokonywanie wyboru.

zapisz się **Dobry start, czyli język niemiecki na co dzień – część II (poziom A2)**
– kurs online

mgr Jadwiga Śmiechowska

407 zł/30 h

Podczas zajęć zostaną poruszone następujące zagadnienia tematyczne i leksykalne:

Udzielanie informacji – symulacje zdarzeń i reakcje. W poszukiwaniu swojego miejsca zamieszkania. Tydzień w pracy – czynności na stanowisku pracy w wybranych zawodach. W podróży służbowej za granicą. Blaski i cienie życia społeczeństwa konsumpcyjnego. Reklama – opracowanie projektu. Wizyta u lekarza. Podróż samolotem – pobyt na lotnisku w Niemczech. „Cztery pory roku” – opis i aktywne spędzanie wolnego czasu. Opowiadanie o wydarzeniach z przeszłości. Argumenty za i przeciw odnośnie do emigracji zarobkowej. Możliwości aktywnego spędzania urlopu w kraju i za granicą. Jutro..., pojutrze... – planowanie zajęć w przyszłości.

Kurs kierowany jest do osób, które znają podstawy języka niemieckiego, w tym: odmianę czasowników, deklinację rzeczowników, potrafią rozumieć i przekazywać informacje na poziomie elementarnym.

zapisz się **Druga szansa dla języka niemieckiego – niemiecki gramatycznie i praktycznie! (poziom A2) – kurs online**

mgr Teresa Röhr

482 zł/30 h

Przyglądamy się bliżej znaczeniu gramatyki w kontekście znajomości języka. Czy dążenie do perfekcji gramatycznej jest dodatkową przyczyną stresu? Jakie błędy można zaakceptować? Jakich unikać? Jak z pomocą wyrażeń leksykalnych i konkretnych struktur gramatycznych nie okazać niepewności, stresu, obronić własne zdanie i nie stracić głowy? Gramatyka przyjaciелеm czy wrogiem?

Na te i inne pytania Słuchacze wraz z Prowadzącą postarają się znaleźć odpowiedź podczas kursu.

zapisz się **Druga szansa dla języka niemieckiego! Niemiecki to taki łatwy język! Konwersacje – część II (poziom B1) – kurs online**

mgr Teresa Röhr

434 zł/30 h

Realizowane tematy wzbogacane są odpowiednimi zwrotami i wyrażeniami, poszerzającymi zakres słownictwa Słuchacza; dyskusje dają szansę wypowiedzi, a ćwiczenia dialogowe aktywizują mówienie; baza gramatyczna wspomaga kompetencję językową.

Planowane zagadnienia:

- deklinacja przymiotnika,
- rekcja czasownika,
- partykuły,
- strona bierna,
- tryb przypuszczający.

Omówienie zasad wymowy niemieckiej wzmacnia świadomość o dbałość fonetyczną wypowiedzi.

zapisz się

Hallo, wie geht's? Język niemiecki dla „ponownie początkujących” (poziom A1) – kurs online

mgr Jadwiga Śmiechowska

407 zł/30 h

Kurs kierowany jest do Słuchaczy, którzy chcieliby w przyjaznej atmosferze przypomnieć, ugruntować i pogłębić wiedzę w zakresie znajomości języka niemieckiego na poziomie podstawowym. W oparciu o odpowiednio dobrane słownictwo w ujęciu tematycznym, kurs rozwinie umiejętności komunikacyjne. Nauka mówienia, rozumienia ze słuchu i rozumienia tekstu pisanego, wzbogacona ćwiczeniami leksykalnymi, gramatycznymi oraz składniowymi, umożliwi Słuchaczom wyrażanie podstawowych intencji w kontaktach interpersonalnych oraz porozumiewanie się w sytuacjach życia codziennego. Kurs przewiduje ćwiczenia interaktywne zachowań w aranżowanych (w oparciu o teksty i dialogi) sytuacjach codziennej rzeczywistości. Kurs obejmie m.in. zagadnienia, takie jak: autoprezentacja, nawiązywanie kontaktów, opis przestrzeni, organizacja dnia, zakupy, zamawianie posiłków w restauracji, przypadkowe i umówione spotkania – uzgadnianie miejsca i terminu, styl życia, czas wolny, wypoczynek, planowanie wyjazdu, czynności i aktywności podejmowane w domu i w miejscu pracy. Kurs uwzględni aspekt kulturowy krajów niemieckojęzycznych – cykl filmowy „Miasta i ludzie – podróż po Europie”.

zapisz się

Niemiecki – gruntowne porządki! Uczyłeś się, ale niewiele pamiętasz? Ten kurs jest dla Ciebie! (poziom A1/A2) – kurs online

mgr Katarzyna Zegadło

543 zł/40 h

Kurs na poziomie A1/A2 prowadzony w języku niemieckim i polskim. Przeznaczony dla Słuchaczy, którzy w bliższej czy dalszej przeszłości uczyli się języka niemieckiego, jednak mają w chwili obecnej duże luki w wiedzy, uniemożliwiające czy poważnie utrudniające komunikację i interakcję nawet na poziomie podstawowym. Kurs pozwoli przypomnieć sobie zapomnianą wiedzę i umiejętności. Z jednej strony pomoże gruntownie uporządkować i uzupełnić materiał gramatyczno-leksykalny, a z drugiej strony znacznie go poszerzy. Tematyka zajęć obejmie podstawy całej gramatyki oraz takie obszary tematyczne, jak np. *savoir-vivre* czy też tematy *tabu* w krajach DACHL, radzenie sobie w sytuacjach trudnych językowo, nawiązanie kontaktów, rozpoczęcie i prowadzenie rozmowy, poruszanie się w obcym miejscu, umawianie się, załatwianie bezpośrednio i przez telefon prostych spraw związanych z problemami czy potrzebami w życiu codziennym. Na każde spotkanie składają się różnorodne interaktywne ćwiczenia, trochę muzyki i dużo dobrego humoru. Słuchacze będą uczyć się języka autentycznego, zawierającego również zwroty i wyrażenia potoczne.

zapisz się **Niemiecki – język w kulturze. Słownictwo na co dzień, w piosenkach, filmach oraz w innych wytworach kulturowych (poziom A2/B1) – kurs online**

dr Anna Jędrzejczyk

407 zł/30 h

Celem tego kursu jest przygotowanie Słuchaczy do posługiwania się językiem niemieckim w oparciu o słowa lub wyrażenia pojawiające się w wytworach kulturowych. Kurs będzie prowadzony głównie w języku niemieckim.

Wiedza na temat:

- najważniejszych współczesnych wydarzeń kulturalnych i społecznych w Niemczech oraz wartości reprezentowanych przez niemieckie społeczeństwo,
- wytworów kulturowych, tj. niemieckich reklam, filmów, piosenek, stron internetowych, *bestsellerów* książkowych, komiksów oraz gier komputerowych, przybliży Słuchaczom codzienność w Niemczech i uświadomi o typowym sposobie myślenia niemieckiego, które znajduje odzwierciedlenie w kulturze.

Podczas każdych zajęć planowane są konwersacje na założony temat. Po krótkiej prezentacji dotyczącej danej tematyki oraz wprowadzeniu słów i wyrażeń znajdujących się w danym kontekście, nastąpi dyskusja dotycząca pytań zadanych na początku spotkania. Pytania zachęcą Słuchaczy do zastanowienia się, dlaczego niektóre wytwory kulturowe zdobyły popularność w Niemczech i czy w Polsce również mogłyby być atrakcyjne. Skłoni to Słuchaczy do użycia słów poznanych przez nich w czasie prezentacji oraz refleksji dotyczących związku kultury z językiem.

zapisz się **Niemiecki w biznesie (poziom A2/B1) – kurs online**

dr Anna Jędrzejczyk

407 zł/30 h

Kurs będzie miał formę warsztatów w języku niemieckim i będzie obejmował następujące obszary: zarządzanie wizerunkiem przedsiębiorstwa, marketing, produkcję, logistykę, zarządzanie zasobami ludzkimi, finanse i bankowość, zarządzanie międzynarodowe w przedsiębiorstwach. Każdy warsztat będzie wzbogacony o materiały audiowizualne oraz autentyczne materiały biznesowe. Zostaną przeprowadzone również symulowane rozmowy kwalifikacyjne w celu rozwinięcia umiejętności negocjacyjnych i kompetencji autoprezentacji.

zapisz się **Niemiecki w biznesie (poziom B2/C1) – kurs online**

dr Anna Jędrzejczyk

651 zł/30 h

Kurs będzie miał formę warsztatów w języku niemieckim i będzie obejmował następujące obszary: słownictwo w biurze, najsławniejsze marki w Niemczech, small talk w języku niemieckim, negocjacje, prawo w Niemczech, korespondencja elektroniczna w biznesie (m.in. newslettery), prowadzenie rozmów w ramach zarządzania personelem (np. rozmowy kwalifikacyjne), marketing, zarządzanie zasobami ludzkimi, finansami. Każdy warsztat będzie wzbogacony o materiały audiowizualne oraz autentyczne materiały biznesowe.

zapisz się **Rozmowa kwalifikacyjna w języku niemieckim (poziom B1/B2) – kurs online**

dr Anna Jędrzejczyk

407 zł/30 h

Zajęcia będą składać się z części teoretycznej oraz praktycznej. W części teoretycznej zostaną wprowadzone następujące obszary: różnice kulturowe między Polakami a Niemcami w kontekście zawodowym; strategia zarządzania zasobami ludzkimi w przedsiębiorstwach niemieckich; adekwatna analiza i interpretacja ogłoszeń o pracę w języku niemieckim, z takich branż, jak: ekonomiczna, inżynierska, medyczna; etapy rekrutacji (od przygotowania dokumentów aplikacyjnych po negocjacje). W części praktycznej spotkania, zostaną przećwiczone różne typy rozmów z ewentualnym pracodawcą, np. rozmowy kwalifikacyjne, rozmowy negocjacyjne.

zapisz się **Szwajcaria z perspektywy jej dwóch największych kantonów: Gryzonii i Berna (poziom B2/C1) – kurs online**

dr Elżbieta Kozłowska

434 zł/20 h

Kurs umożliwi Słuchaczkom i Słuchaczom poszerzenie wiedzy o jednym z krajów niemieckojęzycznych, Szwajcarii, i jej dwóch kantonach: Gryzonii i Bernie. Tym samym będą oni mieli możliwość poszerzenia znajomości zagadnień z takich dziedzin, jak: kulturoznawstwo, językoznawstwo, literaturoznawstwo, sztuka, historia, geografia oraz turystyka. Ponadto będą używali i pogłębiali słownictwo oraz struktury związane z wyżej wymienionymi tematami.

zapisz się **Zaawansowana gramatyka języka niemieckiego w praktyce (poziom C1/C2) – kurs online**

dr Anna Jędrzejczyk

651 zł/30 h

Kurs ukazuje gramatyczne ciekawostki w języku niemieckim, które są nauczane na poziomach zaawansowanych. Słuchacz zaznajomi się z następującymi tematami: rodzajniki w języku niemieckim, szyk wyrazów w zdaniu, czasowniki modalne w obiektywnym i subiektywnym znaczeniu, czasowniki rozdzielnie i nierozdzielnie złożone, czasowniki w czasie przeszłym Perfekt i Präteritum, tryb przypuszczający (Konjunktiv II), mowa zależna (Konjunktiv I), strona bierna w trybie oznajmującym i przypuszczającym, urzeczownikowienie czasownika. Dzięki nawiązywaniu do fragmentów filmów lub artykułów internetowych Słuchacz zobaczy również, że te obszary gramatyki są często stosowane w różnych kontekstach.

zapisz się **Apetyt na Portugalię – język portugalski na wakacje i nie tylko – część II (poziom A1/A2) – kurs online**

dr Anna Działak-Szubińska

271 zł/20 h

Kurs przeznaczony jest dla Słuchaczy, którzy chcą poszerzać znajomość języka portugalskiego i uzyskać kompetencje językowe z języka portugalskiego na poziomie A1/A2. Kurs ma na celu zapoznanie Słuchaczy ze słownictwem, zasadami wymowy oraz zagadnieniami gramatycznymi, które to kompetencje umożliwią zrozumienie i sformułowanie prostych, funkcjonalnych komunikatów adekwatnych do deklarowanego poziomu. Dodatkowo Słuchacze poznają tło kulturowe Portugalii.

zapisz się **Portugalski brazylijski: kawa parzona samba / Português brasileiro: café feito com samba (poziom A2/B1) – kurs online** nowy!

dr Samuel Figueira Cardoso

611 zł/45 h

Kurs prowadzony jest w języku portugalskim w formie zajęć online za pośrednictwem platform ZOOM i Google Classroom. Jest on przeznaczony dla Słuchaczy posiadających znajomość języka portugalskiego na poziomie A1/A2.

Materiały przygotowane przez Prowadzącego koncentrują się na rozwijaniu umiejętności komunikacyjnych w języku portugalskim brazylijskim poprzez realistyczne symulacje sytuacji codziennych, zawodowych i turystycznych. Na podstawie dostarczonych materiałów, Słuchacze rozmawiają, prowadzą dyskusje i wyrażają swoje opinie w języku portugalskim.

Zajęcia obejmują interaktywne dialogi w kontekstach takich jak hotel, lotnisko czy restauracja, a także angażujące dyskusje dotyczące brazylijskiej kultury i turystyki. Słuchacze zapoznają się również ze słownictwem i zagadnieniami gramatycznymi istotnymi dla omawianych tematów, co stanowi solidną podstawę do udziału w rozmowach i dyskusjach. Proces ten realizowany jest poprzez różnorodne zadania oraz ćwiczenia gramatyczne i leksykalne.

zapisz się **Aktywny dialog A1! Alfabet i podstawowe konwersacje po rosyjsku (poziom A1) – kurs online**

dr Ksenia Maximova

407 zł/30 h

Kurs pozwoli Słuchaczom nauczyć się mówienia, pisania, czytania oraz rozumienia ze słuchu w języku rosyjskim. Na początku wspólnej podróży omówiony zostanie alfabet rosyjski – Słuchacze nauczą się czytać i pisać cyrylicą. W dalszej kolejności, dzięki konwersacjom, poznają rosyjskie tradycje i kulturę, a przy okazji nauczą się podstaw rosyjskiej gramatyki. Podczas kursu Słuchacze opanują podstawy języka rosyjskiego, które będą mogły być wykorzystane w codziennych sytuacjach, takich jak: zakupy, podróże, wizyta u lekarza czy w restauracji. Kurs skierowany jest do Słuchaczy wszystkich narodowości – także tych nieznających języka polskiego czy angielskiego. Kurs w całości prowadzony będzie w języku rosyjskim, co ułatwi Słuchaczom przyswajanie wiedzy. All nationalities are welcome!

zapisz się **Aktywny dialog A2! Gramatyka i konwersacje po rosyjsku (poziom A2)**
– kurs online

dr Ksenia Maximova

407 zł/30 h

Kurs przeznaczony dla Słuchaczy, którzy wcześniej uczyli się języka rosyjskiego na poziomie A1. Podczas kursu kontynuowana będzie wirtualna podróż przez Rosję oraz przygoda z językiem rosyjskim. Słuchacze nauczą się płynnie czytać i rozumieć proste przekazy oraz pisać podstawowe teksty. Omówione zostaną m.in. zagadnienia, takie jak: opis wyglądu, upodobań, zainteresowań; zawody, CV, rozmowy o pracę; codzienne czynności, życie nocne, praca i wypoczynek, zdrowie oraz jedzenie, diety, tradycyjne potrawy, domowa kuchnia, restauracje. Kurs może być traktowany jako kontynuacja kursu „Rosyjski z Rosjanką (poziom A1)” lub „Aktywny dialog A1”. Zajęcia prowadzone będą w języku rosyjskim.

zapisz się **Aktywny dialog B1! Konwersacje na gorące tematy po rosyjsku (poziom B1)**
– kurs online

dr Ksenia Maximova

407 zł/30 h

Kurs przeznaczony dla Słuchaczy, którzy chcą podnieść swoją znajomość języka rosyjskiego do poziomu B1. W trakcie kursu przypomniana zostanie gramatyka oraz uzupełnione zostaną jej ewentualne braki. Duży nacisk położony będzie na ćwiczenia związane z prawidłową wymową i akcentacją wyrazów. Kurs będzie prowadzony od początku po rosyjsku, co pozwoli na lepsze zapoznanie się z językiem już od pierwszych zajęć, a także ułatwi pokonanie barier przed swobodnym wypowiedzianiem się w języku obcym. Proponowane zagadnienia do dyskusji obejmują takie tematy, jak: wiek (młodość i starość), sztuka konwersacji, język ciała, uroda i atrakcyjność fizyczna, ubrania i moda, bezpieczeństwo.

zapisz się **Nieodkryta Rosja – część III – kurs języka rosyjskiego (poziom B1/B2)**
– kurs online **nowy!**

mgr Edward Siech

407 zł/30 h

Kurs obejmuje sześć tematów związanych z różnorodnością Syberii i innych regionów Rosji. Słuchacze poznają kontrowersyjną postać Rasputina i jego związki z miastem Tiumeń, historię produkcji słynnego orenburskiego szala, tajemnice Tuwy, szamanizm i unikalny śpiew gardłowy. Kurs przybliży także życie w arktycznej tundrze, historię Jekaterynburga, a także specyfikę rosyjskiego stand-upu. Kurs łączy elementy kultury, historii i języka rosyjskiego, wspierając rozwój umiejętności gramatycznych na poziomie B1/B2.

zapisz się „Priwiet!”: rosyjski od podstaw (poziom A1) – kurs online

mgr Michał Kołakowski

407 zł/30 h

Kurs rosyjskiego w formie online dla początkujących i „wiecznie początkujących”. Nauka alfabetu i podstawowych zwrotów przydatnych w codziennych sytuacjach. Nowoczesne ćwiczenia językowe uzupełnione niebanalnymi ciekawostkami i zadaniami interaktywnymi.

zapisz się „Priwiet!”: rosyjski od podstaw – część II (poziom A1/A2) – kurs online

mgr Michał Kołakowski

543 zł/30 h

Druga część kursu rosyjskiego w formie online dla początkujących i „wiecznie początkujących”. Rozwój podstawowych umiejętności gramatycznych i leksykalnych związanych z codziennymi sytuacjami. Nowoczesne ćwiczenia językowe uzupełnione niebanalnymi ciekawostkami i zadaniami interaktywnymi.

zapisz się Balkan Express. Intensywny kurs języka serbskiego z elementami kultury (poziom A1) – kurs online

mgr Jolanta Ambroziak

557 zł/30 h

Kurs języka serbskiego przeznaczony jest dla Słuchaczy, którzy chcą w krótkim czasie opanować zagadnienia gramatyczne i zasób słów pozwalający im na odbywanie pierwszych konwersacji w języku. Nie są to klasyczne zajęcia opierające się tylko na pracy z podręcznikiem – Słuchacze biorą w nich aktywny udział, rozwiązując *quizy*, układając dialogi, tłumacząc krótkie materiały prasowe i teksty piosenek. Podczas kursu Słuchacze poznają nie tylko gramatykę i wybrane zagadnienia leksykalne, lecz także różne kwestie związane z życiem codziennym Serbów i ich kulturą.

zapisz się Dome, slatki dome! O domu i kuchni Serbów – nauka języka serbskiego (poziom A1) – kurs online

mgr Jolanta Ambroziak

557 zł/30 h

Kurs skierowany jest do Słuchaczy, którzy opanowali podstawy gramatyki języka serbskiego lub uczestniczyli w 30-godzinny kursie „Balkan Express. Intensywny kurs języka serbskiego”. W trakcie zajęć Słuchacze nauczą się opisywać po serbsku poszczególne części mieszkania i opowiadać o swoich domach. Dowiedzą się też, jak wyglądały domy w Serbii w przeszłości, a jak dzisiaj. Nauczą się rezerwować pokój lub kupować mieszkanie. Poznają sekrety kuchni serbskiej i dowiedzą się, jak przygotować prawdziwy burek oraz sarmę. Zajrzą do kultowych restauracji na Skadarliję i dowiedzą się, czym jest roštiljijada. Podczas kursu nie zabraknie muzyki tradycyjnej i rockowej oraz interaktywnych gier.

zapisz się **Svenska på gång. Język szwedzki w życiu codziennym – kurs dla początkujących – część I (poziom A1) – kurs online**

dr Robert Parowenko

1114 zł/60 h

Kurs przeznaczony jest dla Słuchaczy rozpoczynających naukę języka szwedzkiego „od zera”. Przewiduje się kontynuację kursu na wyższych poziomach.

Wybrane tematy zajęć:

1. Jak nawiązać kontakt i zawrzeć znajomość ze Szwedem? Jak się umówić na spotkanie?
2. Bliscy i dalecy krewni.
3. Edukacja i praca.
4. Mieszkanie w szwedzkim stylu.
5. Co oznaczają nazwy mebli z IKEA?
6. Uppsala? A gdzie to jest?
7. Jedziemy na wycieczkę. Jak się poruszać w nieznanym terenie?
8. Szwedzki stół.

zapisz się **Język ukraiński – kurs intensywny letni (poziom A1/A2) – kurs online** **nowy!**

doc. dr Nataliia Shcherbii

743 zł/40 h

W trakcie intensywnego kursu nauczysz się współczesnego, praktycznego języka ukraińskiego od *native speaker*a, znającego język polski, co pozwoli uczyć się języka w sposób porównawczy; poznasz solidne podstawy gramatyki (odmiana czasowników w czasie teraźniejszym, przeszłym i przyszłym. Liczebniki. Zaimki osobowe i dzierżawcze. Rzeczowniki i przymiotniki w mianowniku, bierniku, narzędniku, miejscowniku liczby pojedynczej i mnogiej. Stopniowanie przymiotników. Konstrukcje bezosobowe). Przećwiczysz słownictwo niezbędne do porozumiewania się w codziennych sytuacjach według następujących tematów:

Алфавіт / Alfabet; *Перша зустріч* / Pierwsze spotkanie; *Звідки ти?* – Skąd jesteś; *Моя сім'я* / Moja rodzina; *Мій день* / Mój dzień; *У магазині* / W sklepie; *У ресторані* / W restauracji; *У магазині косметики* / W drogerii; *На роботі* / W pracy; *Які в тебе плани?* / Jakie masz plany?; *Житло* / Mieszkanie; *Здоров'я* / Zdrowie; *Зовнішність* / Wygląd zewnętrzny; *Свята* / Święta; *Місто* / Miasto; *На кордоні* / Na granicy.

Będziemy rozmawiać o etymologii słów w obu językach słowiańskich oraz porównywać wyrażenia i konstrukcje językowe.

Oprócz tradycyjnych umiejętności związanych z gramatyką i słownictwem, Słuchacze poznają wiele ciekawostek z kultury Ukrainy, mianowicie: współczesne piosenki, muzyka i kultura ludowa, zabytki kulturowe, święta i tradycje.

zapisz się **Język ukraiński – kurs intensywny letni (poziom B1) – kurs online** **nowy!**

doc. dr Nataliia Shcherbii

891 zł/48 h

W trakcie kursu nauczysz się współczesnego, praktycznego języka ukraińskiego od *native speaker*, znającego język polski, co pozwoli uczyć się języka w sposób porównawczy; poznasz solidne podstawy gramatyki (odmiana czasowników w czasie teraźniejszym, przeszłym i przyszłym. Liczebniki główne i porządkowe. Zaimki pytające i wskazujące. Rzeczowniki i przymiotniki w miejscowniku i wołaczu liczby pojedynczej i mnogiej. Stopniowanie przymiotników. Aspekt czasowników. Tryb warunkowy i rozkazujący). Przecwiczysz słownictwo niezbędne do porozumiewania się w codziennych sytuacjach według następujących tematów: 1. **Я і моя сім'я / Ja i moja rodzina.** 2. **Житло / Mieszkanie.** 3. **Мій робочий день / Mój plan dnia.** 4. **Ресторан / Restauracja.** 5. **Покупки / Zakupy.** 6. **Готель / Hotel.** 7. **Пошта / Poczta.** 8. **У лікаря / U lekarza.** 9. **Вокзал / Na dworcu.** 10. **Перукарня / U fryzjera.** 11. **Банк / Bank.** 12. **Місто / Miasto.**

Oprócz tradycyjnych umiejętności związanych z gramatyką i słownictwem, Słuchacze poznają wiele ciekawostek z kultury Ukrainy, mianowicie: współczesne piosenki, muzyka i kultura ludowa, zabytki kulturowe, święta i tradycje, atrakcje turystyczne.

zapisz się **Język ukraiński na co dzień / Українська мова на щодень (poziom A2/B1) – kurs online** **nowy!**

dr Nataliia Zaika

743 zł/40 h

Kurs koncentruje się na rozwijaniu umiejętności językowych w codziennych sytuacjach. Słuchacze poznają zwroty praktyczne, nauczą się prowadzenia rozmów na tematy związane z życiem codziennym, pracą, podróżami czy zdrowiem. Kurs obejmuje ćwiczenia z wymowy, intonacji oraz słuchania, umożliwiające poprawną komunikację. Słuchacze będą również doskonalić umiejętność pisanie prostych tekstów, poznają kulturę i tradycje Ukrainy, co sprzyjać będzie lepszemu zrozumieniu języka w kontekście społecznym.

zapisz się **Dalla Vistola al Tevere: la cultura italiana e la cultura polacca a confronto / Od Wisły do Tybru: porównanie kultury włoskiej i polskiej – kurs konwersacyjny (poziom B1/B2) – kurs online** **nowy!**

mgr Francesco Antonio Lanzetta

407 zł/30 h

Kurs obejmuje 15 spotkań, podczas których Słuchacze będą pracować nad różnymi aspektami kulturowymi Włochów i Polaków. Każde spotkanie zagłębi się w tematy, takie jak: zwyczaje żywieniowe, punktualność i postrzeganie czasu, tradycje religijne, życie społeczne i rodzinne, komunikacja niewerbalna i wiele innych. Dzięki różnorodnym aktywnościom dydaktycznym (dyskusje, komentarze do obrazów i cytatów, określanie zalet i wad jakiegoś aspektu, *role-play* i aktywności językowo-ludyczne) Słuchacze rozwiną swoją płynność językową i świadomość międzykulturową, nieustannie współpracując z innymi Słuchaczami kursu.

mgr Lidia Szpilewska

814 zł/60 h

Omawiane piosenki:

- *24 mila baci*
- *24000 baci*
- *Acqua e sale*
- *Amore no*
- *Azzurro*
- *Canzone*
- *Che t'aggia di*
- *Chi non lavora non fa l'amore*
- *Ciao ragazzi*
- *Ciao ti dirò*
- *Confessa*
- *Il conformista*
- *Il ragazzo della via Gluck*
- *Il tempo se ne va*
- *Il tuo bacio è come un rock*
- *Impaziente per te*
- *Ja tiebia liubliu*
- *L'arcobaleno*
- *L'emozione non ha voce*
- *La coppia più bella del mondo*
- *La mezza luna*
- *La storia di Serafino*
- *Ma Perke*
- *Nata per me*
- *Non so più cosa fare*
- *Non succederà più*
- *Per averti*
- *Preguerò*
- *Ragazzo della via Gluck*
- *Scende la pioggia*
- *Soli*
- *Sotto le lenzuola*
- *Susanna*
- *Svalutation*
- *Ti penso e cambia il mondo*
- *Un albero di trenta piani*
- *Una carezza in pugno*
- *Una festa sui prati*

Frammenti wybranych wywiadów, programów telewizyjnych oraz filmów: *Qua la mano*, *Innamorato pazzo*, *Segni particolari*, *Bingo Bongo*.

zapisz się

L'italiano per il business – corso di italiano aziendale /Włoski dla biznesu – korporacyjny kurs języka włoskiego (poziom B1/B2) – kurs online

nowy!

mgr Francesco Antonio Lanzetta

407 zł/30 h

Kurs jest skierowany do profesjonalistów współpracujących z włoskimi firmami lub pracujących w polskich oddziałach włoskich przedsiębiorstw oraz do wszystkich, którzy chcą używać języka włoskiego w kontekstach zawodowych.

Proponowany kurs obejmuje słownictwo i treści, które sprawiają, że kurs jest odpowiedni zarówno do nauki języka branżowego, jak i jako wsparcie w pogłębianiu już zdobytych umiejętności językowych.

Materiały w trakcie kursu zostaną wzbogacone o prezentacje Google Slides zawierające materiał stworzony przez Wykładowcę oraz dodatkowe interaktywne ćwiczenia do wykonania na platformach takich jak Wordwall lub podobnych.

Kurs porusza kluczowe tematy dotyczące języka biznesowego, w tym: otwarcie działalności gospodarczej (partita IVA), rodzaje włoskich spółek, zakładanie startupów, zarządzanie spotkaniami oraz pisanie komunikatów biznesowych. Omówione zostaną również zagadnienia związane z marketingiem, małe i średnie przedsiębiorstwa (PMI) we Włoszech, turystyka i usługi bankowości internetowej. Z punktu widzenia gramatycznego kurs koncentruje się na użyciu trybu congiuntivo, trybu condizionale, stopniowania przymiotników, zaimków względnych, a także czasowników modalnych i partykuł.

zapisz się

Sulle impronte dei geni d'Italia/Śladami włoskich geniuszy – kurs konwersacyjny (poziom B1/B2) – kurs online

nowy!

mgr Francesco Antonio Lanzetta

407 zł/30 h

Kurs realizowany w formie online i przeznaczony dla Słuchaczy na poziomie B1/B2, ma na celu wzmocnienie kompetencji komunikacyjnych poprzez analizę 15 kluczowych postaci włoskiej kultury. Każde spotkanie obejmuje burze mózgów, ukierunkowane ćwiczenia terminologiczne, analizę zaawansowanych struktur gramatycznych oraz symulacje w pokojach breakout (wymagane dialogi i wywiady, komentarze do dzieł i cytatów). Główne wnioski debat będą dzielone na forum ogólnym. Dodatkowo będą przydzielane artykuły do przygotowania jako zadanie domowe, które następnie będą omawiane przez Wykładowcę podczas kolejnego spotkania.

mgr Lidia Szpilewska

543 zł/40 h

Komunikacja i słownictwo:

1. Tożsamość, język, pochodzenie
2. Upodobania i przyzwyczajenia
3. Cechy fizyczne i psychiczne
4. Dlaczego kogoś lubimy, a co nas drażni?
5. Części ciała, wyrażanie bólu i jego przyczyny
6. Czego potrzebujemy, czego się boimy, na co się zgadzamy, na co mamy ochotę

Zagadnienia gramatyczne:

1. Pisownia a wymowa.
2. Rzeczowniki regularne, rodzajniki
3. Zaimki osobowe zwrotne, biernika i celownika
4. Podstawowe przymiotniki.
5. Przysłówki czasu, częstotliwości, miejsca, sposobu, potwierdzenia i negacji
6. Zaimki przymiotne i przysłowne
7. Liczebniki, działania matematyczne
8. Przyimki proste i połączone z rodzajnikami
9. Wybrane czasowniki regularne i nieregularne
10. Stawianie pytań
11. Czas przeszły bliski - wprowadzenie

Komponent kulturowy - wybrane piosenki na poziomie A1:

mgr Francesco Antonio Lanzetta

407 zł/30 h

Ten kurs języka włoskiego na poziomie A2 oferuje immersyjne doświadczenie kultury neapolitańskiej, oparte na różnych materiałach dydaktycznych. Z perspektywy kulturowej zajęcia będą badać symboliczne miejsca, takie jak Museo Archeologico, Cappella San Severo, Spaccanapoli, Vesuvio i katakumby, koncentrując się na lokalnych tradycjach i wielu innych aspektach.

Równolegle Słuchacze zdobędą praktyczne umiejętności komunikacyjne w języku włoskim, wykonując różnorodne ćwiczenia dydaktyczne mające na celu wyobrażenie sobie interakcji z mieszkańcami, zakupy na rynku, organizowanie wizyt oraz rezerwacji na miejscu i wiele innych. Kurs kończy się symulacją, która integruje zdobytą wiedzę językową i kulturową.

JĘZYKI ŚWIATA

KURSY STACJONARNE

zapisz się

Czytanie i wymowa w języku angielskim (poziom B1/B2) – kurs stacjonarny

mgr Beata Walesiak

407 zł/30 h

Kurs jest prowadzony w języku angielskim i jest dedykowany Słuchaczom na poziomie min. B1. Koncentruje się na rozwijaniu umiejętności czytania i poprawnej wymowy. Na zajęciach będziemy czytać na głos wybrane przez Prowadzącą angielskie teksty, analizować kłopotliwe słowa pod względem ich wymowy (wprowadzenie transkrypcji fonetycznej), wskazując na podobieństwa i różnice w słowach o podobnym zapisie/wymowie/znaczeniu.

Na zajęciach Słuchacze czytają indywidualnie, w parach i grupach, słuchają nagrań, a także wypowiadają się na głos. Proszę również o nagrywanie się i pracę własną przy pomocy aplikacji, korzystanie z chatbotów typu ChatGPT, Gemini lub Copilot oraz o przygotowanie tekstów między zajęciami.

Program został opracowany dla odmiany brytyjskiej języka angielskiego, ale zawiera odniesienia do wybranych innych odmian.

zapisz się

English Reading Club. Poczytajmy po angielsku (poziom C1) – kurs stacjonarny

dr Weronika Sztorc

651 zł/30 h

Zajęcia polegają na lekturze utworów (lub ich fragmentów) w języku angielskim i dyskusji o nich.

Powtórzone zostaną również niektóre zagadnienia gramatyczne, pojawiające się w tekstach, jak również poszerzone zostanie słownictwo – będzie to okazja do odświeżenia języka angielskiego na poziomie C1.

Planowane lektury: S. Rushdie, *Haroun and the Sea of Stories*, K. Vonnegut, *God Bless You, Dr. Kevorkian*, C.S. Lewis, *The Lion, the Witch, and the Wardrobe*, L. Carroll, *Alice in Wonderland*, H. Melville, *Bartleby, the Scrivener: A Story of Wall Street*, limeryki E. Leara. Lista może ulec zmianie zgodnie z sugestiami Słuchaczy.

zapisz się

Words, Words, Words... Warsztaty tłumaczeniowe z języka angielskiego (poziom C1) – kurs stacjonarny

dr Weronika Sztorc

651 zł/30 h

W czasie kursu:

- zastanowimy się, co to jest przekład i czy istnieją teksty nieprzetłumaczalne,
- omówimy typowe trudności tłumaczeniowe (językowe i kulturowe, w tym nazwy własne),
- poznamy podstawowe strategie i techniki tłumaczeniowe,
- porozmawiamy na temat znanych i (nie)lubianych przekładów oraz mitów o przekładzie,
- będziemy analizować przygotowane w domu tłumaczenia,
- przypomnimy zagadnienia związane z poprawną polszczyzną (np. różnice w zapisie między polskim a angielskim, błędy typowe dla przekładów, kalki),
- poszerzymy zasób słownictwa, zwłaszcza *false friends*,
- omówimy szyk wyrazów i strukturę informacyjną zdania.

Teksty: od ulotek przez strony internetowe po felietony i fragmenty dzieł literackich (w przybliżeniu poziom C1).

UWAGA: Jest to jeden z dwóch (obok *Lost and Found in Translation...*) proponowanych przez Prowadzącą kursów tłumaczeniowych. Są one od siebie niezależne – omówione zostaną innego typu teksty i inne zagadnienia związane z przekładem. Można uczestniczyć w obydwu (w dowolnej kolejności) lub tylko w jednym wybranym.

zapisz się

Sous le ciel de Paris/Pod niebem Paryża. Kurs języka francuskiego dla osób, które uczyły się trochę francuskiego, tzw. fałszywych początkujących (poziom A2) – kurs stacjonarny

mgr Alicja Wójcik-Wawrzyniak

407 zł/30 h

Kurs skierowany jest do Słuchaczy, którzy uczyli się już języka francuskiego (przez co najmniej 60 godzin) i chcą kontynuować naukę lub wracają do niej po przerwie. Program kursu obejmuje poznanie i utrwalenie podstawowego słownictwa, zwrotów i struktur językowych, używanych w codziennych sytuacjach, takich jak np.: zwiedzanie miasta, korzystanie z komunikacji, robienie zakupów, pójście do restauracji itp. Szczególny nacisk położony będzie na komunikację i praktyczny aspekt języka, poprzez ćwiczenie krótkich wypowiedzi, nawiązanie interakcji z innymi Słuchaczami, wymianę zdań i opinii. Kurs przewiduje również wprowadzenie wybranych zagadnień gramatycznych. Pozwoli też na poznanie wybranych tematów dotyczących kultury i cywilizacji Francji oraz jej zabytków.

zapisz się

... A de Almodóvar, B de Barcelona, C de cava... (suplemento). Alfabet Hiszpanii dla wtajemniczonych (poziom A2) – kurs stacjonarny

mgr Patrycja Wojda

651 zł/48 h

Kurs stacjonarny dla osób, które znają już podstawy języka hiszpańskiego na poziomie A2. Nacisk zostanie położony na doskonalenie umiejętności konwersacyjnych, rozumienia ze słuchu i naukę praktycznego języka w sytuacjach codziennych.

Nowa formuła zajęć skupi się na praktycznym wykorzystaniu zdobytej wiedzy w codziennych sytuacjach. Będzie mniej gramatyki, a więcej słownictwa tematycznego, choć nie zabraknie powtórek i utrwalenia kluczowych struktur. Wprowadzimy także drobne elementy gramatyczne wzbogacające wypowiedź.

Tematyka kursu obejmuje m.in.: komunikację na lotnisku, w hotelu, restauracji, aptece, a także pytanie o drogę, zakupy i język potoczny. Część zajęć poświęcimy na powtórkę lub rozszerzenie słownictwa według potrzeb Słuchaczy.

zapisz się

¡Hola! ¿Qué tal? Język hiszpański dla osób anglojęzycznych / ¡Hola! ¿Qué tal? Spanish for English speakers (poziom A1) – kurs stacjonarny

dr Luis Miletti

407 zł/30 h

ENG:

Kurs prowadzony w języku angielskim. Do uczestnictwa w kursie wymagana jest znajomość języka angielskiego na poziomie minimum B2.

Kurs języka hiszpańskiego dla początkujących wprowadza podstawowe słownictwo, gramatykę i umiejętności komunikacyjne przydatne w codziennych interakcjach. Słuchacze nauczą się witać, prowadzić proste rozmowy i pisać krótkie akapity, jednocześnie opanowując kluczowe struktury gramatyczne, takie jak koniugacje czasowników i zaimki. Program obejmuje interaktywne zajęcia, zanurzenie się w kulturze i sytuacje z życia wzięte, aby rozwijać umiejętności słuchania, mówienia, czytania i pisanie.

PL:

The course will be conducted in English. A minimum B2 level of English is required to participate in the course.

This beginner Spanish course introduces essential vocabulary, grammar, and communication skills for everyday interactions. Participants will learn to greet, hold simple conversations, and write short paragraphs while mastering key grammatical structures like verb conjugations and pronouns. The program incorporates interactive activities, cultural immersion, and real-life practice to develop listening, speaking, reading, and writing skills.

zapisz się **Kierunek: południe! Wakacje z językiem serbskim (poziom A1)**
– kurs stacjonarny **nowy!**

mgr Jolanta Ambroziak

371 zł/20 h

Kurs języka serbskiego skierowany jest do osób, które chcą szybko zdobyć podstawową znajomość gramatyki i słownictwa, umożliwiającą pierwsze rozmowy w języku. Zajęcia mają dynamiczną formułę – Słuchacze aktywnie uczestniczą w ćwiczeniach, takich jak quizy, układanie dialogów czy gry. Oprócz języka poznają również elementy kultury oraz atrakcje turystyczne Serbii.

zapisz się **Intensywny kurs gramatyki języka włoskiego (poziom B1) – kurs stacjonarny** **nowy!**

dr Sara Del Rossi

475 zł/35 h

Kurs intensywny na poziomie B1 skupiający się na gramatyce języka włoskiego: tryb warunkowy (*condizionale presente e passato*), porównania i superlatywy (*comparativi e superlativi*), zaimki względne (*pronomi relativi*), tryb rozkazujący (*imperativo*), bezokolicznik czasu teraźniejszego i przeszłego (*infinito presente e passato*) oraz zaimki złożone (*pronomi combinati*). Zajęcia obejmują teorię i praktykę, z naciskiem na ćwiczenia ustne i pisemne.

zapisz się **Ti lascio una canzone! Kurs języka i kultury włoskiej dla początkujących z wykorzystaniem piosenek część I (poziom A1) – kurs stacjonarny**

mgr Lidia Szpilewska

543 zł/40 h

Komunikacja i słownictwo:

1. Tożsamość, język, pochodzenie.
2. Upodobania i przyzwyczajenia.
3. Cechy fizyczne i psychiczne.
4. Dlaczego kogoś lubimy, a co nas drażni?
5. Części ciała, wyrażanie bólu i jego przyczyny
6. Czego potrzebujemy, czego się boimy, na co się zgadzamy, na co mamy ochotę.

Zagadnienia gramatyczne:

1. Pisownia a wymowa.
2. Rzeczowniki regularne, rodzajniki.
3. Zaimki osobowe zwrotne, biernika i celownika.
4. Podstawowe przymiotniki.
5. Przysłowki czasu, częstotliwości, miejsca, sposobu, potwierdzenia i negacji.
6. Zaimki przymiotne i przysłówne.
7. Liczebniki, działania matematyczne.
8. Przyimki proste i połączone z rodzajnikami.
9. Wybrane czasowniki regularne i nieregularne.
10. Stawianie pytań.
11. Czas przeszły bliski – wprowadzenie.

Komponent kulturowy – piosenki na poziomie A1 wybrane z repertuaru:

Francesco Baccini, Joe Barbieri, Franco Battiato, Andrea Bocelli, Riccardo Cocciante, Il Divo, Giorgia, Giorgio Gaber, Mimmo Locasciulli, Mina, Ricchi e poveri, Gino Paoli, Romina Power e Al Bano.

Włoskie klimaty z gramatyką – nauka gramatyki języka włoskiego w kontekście kulturowym (poziom A1/A2) – kurs stacjonarny

mgr Elwira Piotrowska

407 zł/30 h

Kurs przeznaczony jest dla osób posługujących się językiem włoskim na poziomie średnio zaawansowanym (minimum 2 semestry nauki). Prowadzony jest w oparciu o autentyczne materiały pobrane z Internetu oraz materiały autorskie Wykładowcy.

Rozpoczniemy kurs wprowadzeniem do najbardziej efektywnych technik nauki języka włoskiego np. w formie gier multimedialnych, scenek sytuacyjnych, oglądania i relacjonowania krótkich video, aby Słuchacz szybko zauważył efekty swojej pracy przełamując bariery w porozumiewaniu się językiem włoskim.

Poznamy gramatykę, słownictwo i zagadnienia kulturowe niezbędne do konwersacji w realiach turysty zwiedzającego Włochy. Wiele zagadnień gramatycznych będzie stosowanych w praktyce w kontekstach kulturowych np.:

1. Alfabet, akcent i wymowa samogłosek podwójnych i zbitek 'gli', 'gn'.
2. Czasowniki regularne: koniugacje I, II, IIIa, IIIb i nieregularne.
3. Rodzajniki określone i nieokreślone.
4. Zaimki dzierżawcze.
5. Przyimki proste i złożone.
6. Cząsy: "indicativo presente", "gerundio", "passato prossimo", "imperfetto".
7. Użycie wyrażień: mi piace/mi piacciono, ci vuole/ ci vogliono.

Kurs ilustrowany będzie fragmentami wybitnych filmów (Fellini, Verdone) i piosenkami w wykonaniu znanych w Polsce "cantautori" włoskich, aby Słuchacze poznali niektóre interesujące elementy kultury Włoch np.:

1. F. Fellini – fragmenty filmu pt. "La dolce vita".
2. C. Verdone – fragmenty filmu pt. "Un sacco bello".
3. National Geographic – fragmenty filmu pt. "Podróże kulinarne – Italia".
4. Piosenka włoska – T. Cotugno "Lasciatemi cantare".

CZŁOWIEK I SPOŁECZEŃSTWO

KURSY ONLINE

zapisz się AI jako asystent rozwoju kreatywności – kurs online

dr Maciej Słomczyński

271 zł/20 h

W ramach zajęć omówimy możliwości wykorzystania dostępnych narzędzi sztucznej inteligencji do twórczej inspiracji, kreatywnej zabawy i treningu twórczości.

Kurs obejmuje następujące tematy:

- wiedza: zdolności i cechy twórczego myślenia,
- ćwiczenia: przykłady dobrane do zdolności i narzędzi AI,
- technologia: porównanie ludzkiej kreatywności z możliwościami AI,
- dyskusje: Jak AI zmieni świat? Czy człowiek zatracza zdolność do twórczego myślenia? Rewolucja AI – szansa czy zagrożenie?
- metodyka XXI w.: trening na podstawie graficznych i tekstowych inspiracji AI (zagadki i baza wyjściowa),
- zasoby rynkowe: przykłady gier planszowych wspierających rozwój twórczego myślenia.

zapisz się Antropologia nowych technologii – kurs online

dr Iwo Zmyślony

999 zł/46 h

Co z nami robią nowe technologie? Jak bardzo nas zmieniają? W jakim stopniu kształtują naszą samoświadomość, nasze style życia, naszą prywatność i politykę? Jak oddziałują na poziomie jednostek, a jak na poziomie wspólnot i większych społeczności? Jak w nas głęboko sięgają (ciało, afekty, wartości, nieświadomość)? Jakie stwarzają szanse, a jakie zagrożenia? Jak wpływają na ewolucję gatunku i cywilizacji?

W jakim sensie maszyny są inteligentne? W jakim sensie się uczą? Czy mogą mieć świadomość i co to właściwie znaczy? Jakiego rodzaju pracę nam zabiorą i kiedy? Jakiej nam zabrać nie mogą?

Podczas kursu będziemy analizować antropologiczne aspekty nowych technologii, bazując na przykładach z pola współczesnego biznesu, designu, nauki i popkultury.

zapisz się

Czym jest współczesna kognitywistyka i dlaczego jest potrzebna społeczeństwu – kurs online

nowy!

prof. dr hab. Maciej Haman

407 zł/30 h

Punktem wyjścia dla kursu będzie teza, że współczesna kognitywistyka nie jest zlepkiem odrębnych dziedzin nauki (psychologii, neurobiologii, lingwistyki i informatyki), ale spójnym paradygmatem badawczym, który dzięki konwergencji wyników osiąganych metodami tych dziedzin, wyjaśnia kluczowe zagadnienie, które niegdyś było przedmiotem dociekań filozoficznych: jak zbudowany musi być system reprezentacji i przetwarzania informacji, żeby umożliwiał efektywne funkcjonowanie w otoczeniu, w jakim funkcjonuje człowiek. Pokażemy, jak umysł konstruuje wiedzę o przedmiotach oraz o innych ludziach, jakie obliczeniowe mechanizmy uczenia się wykorzystuje mózg i jak mają się one do wielkich systemów sztucznej inteligencji. Praktyczne zastosowania kognitywistyki będą również przedmiotem dyskusji.

zapisz się

Czy wiesz, co mówisz? O ukrytej sile słów – kurs online

nowy!

mgr Katarzyna Osior-Szot

592 zł/30 h

Podczas kursu „Czy wiesz, co mówisz? O ukrytej sile słów” będziemy wspólnie przyglądać się różnym aspektom języka i komunikacji.

Zajmiemy się między innymi:

- metaforami kognitywnymi,
- opowiadaniem historii (*storytellingiem*),
- prostym językiem,
- wybranymi teoriami komunikacji (modelem komunikacji według R. Jakobsona, barierami komunikacyjnymi, komunikacją opartą na empatii, stylami komunikacji zależnymi od osobowości).

Na początku każdego spotkania będziemy dyskutować na różne tematy związane z polszczyzną (takie jak np.: regionalizmy, język młodzieżowy, archaizmy, grzeczność językowa).

zapisz się

Depresja i lęk – co trzeba o nich wiedzieć – kurs online

mgr Daniel Jerzy Żyżniewski

733 zł/54 h

Kurs podejmuje szeroką tematykę biopsychospołecznych uwarunkowań depresji oraz zaburzeń lękowych. Temat zostaje przedstawiony w kontekście codziennego funkcjonowania na różnych etapach życia człowieka od wczesnego dzieciństwa (tzw. depresja dziecięca) po późną dorosłość. Słuchacze zyskują świadomą kompetencję w zauważaniu, nazywaniu oraz modyfikowaniu podstawowych mechanizmów społecznych powiązanych przyczynowo z depresją i zaburzeniami lękowymi. Słuchacze poznają podstawowe zależności między mózgiem, umysłem i środowiskiem w spektrum przyczyn i objawów depresji oraz zaburzeń lękowych. Zaprezentowane zostają podstawowe wytyczne w profilaktyce i leczeniu depresji oraz zaburzeń lękowych. Omawiane wątki ilustrowane są przykładami z życia.

zapisz się

Jak dzieci (i mózgi, i zwierzęta, i komputery) budują swoją wiedzę o świecie – kurs online

nowy!

prof. dr hab. Maciej Haman**407 zł/30 h**

Punktem wyjścia dla kursu będzie teza, że dziecko od początku ujmuje świat jako złożony z różnego rodzaju obiektów policzalnych i rozłożonych w przestrzeni. Kluczem do zrozumienia otoczenia jest odpowiednia kategoryzacja obiektów, zrozumienie praw zgodnie z którymi poruszają się i działają oraz reprezentacja przestrzeni i liczby. Szczególną kategorią obiektów są inni ludzie, z którymi wchodzi się w interakcje, tworzy grupy, współdzieli język i kulturę, zasady moralne, a którzy mają nieobserwowalne bezpośrednio zamiary i przekonania, które trzeba odczytywać, by efektywnie uczestniczyć w strukturach społecznych. Omówione zostaną metody badania wczesnego rozwoju poznawczego: eksperymentalne, neuroobrazowe, porównawcze i symulacje komputerowe ilustrowane przykładami z rzeczywistych badań.

zapisz się

Jak starzeje się mózg i umysł – kurs online**mgr Daniel Jerzy Żyżniewski****678 zł/50 h**

Kurs podejmuje wątek możliwych zmian w sferze poznawczej i w zachowaniu osób doświadczających starzenia się, jak również zmian ośrodkowego układu nerwowego o innym podłożu, np. w chorobie neurodegeneracyjnej. Temat zostaje przedstawiony z perspektywy zarówno codzienności, jak i praktyki psychologicznej i klinicznej. Słuchacze zyskują świadomą kompetencję w zauważaniu niektórych, specyficznych dla starzenia się i chorowania, dysfunkcji poznawczych oraz zmieniającego się zachowania. Słuchacze poznają szerszy kontekst rozumienia związku między mózgiem, umysłem a zachowaniem w starzeniu się i w chorowaniu. Przedstawiony zostaje związek między stylem życia a dynamiką starzenia się i chorowania.

zapisz się

Jak to napisać? Warsztaty poprawności ortograficznej, interpunkcyjnej i gramatycznej – kurs online**dr Aleksandra Żurek-Huszcz****407 zł/30 h**

Kurs przeznaczony jest dla wszystkich, dla których wyniesiona ze szkoły wiedza na temat poprawności językowej jest niewystarczająca. Podczas kursu omówimy zagadnienia związane z poprawnością ortograficzną, interpunkcyjną i gramatyczną. Większość zajęć poświęcimy na ćwiczenia praktyczne. Odpowiemy między innymi na takie pytania: *Rzymianie* czy *rzymianie*? *Charlesa* czy *Charles'a*? *Mama z synem poszła do sklepu* czy *mama z synem poszli do sklepu*? Ile przecinków postawić w zdaniu: **Książka którą przeczytałem podobała mi się?* Dlaczego nie można powiedzieć: **Czytając gazetę, zadzwonił telefon?*

dr hab. Iwona Jakimowicz-Pisarska

407 zł/30 h

Zajęcia mają za zadanie pokazać, jak kobiety w ostatnich dekadach odnajdywały się w realiach świata polityki. Słuchacze powinni poznać wiedzę z zakresu historii przywództwa, ale także wykazać się gotowością do weryfikacji własnych poglądów i przekonań, a nade wszystko, nauczyć się merytorycznie przedstawiać własne racje i opinie. Dlatego też poruszane zagadnienia dotyczyć będą liderek z różnych obszarów kulturowych, szerokości geograficznych i szczebli sprawowanej władzy. Ponadto omówione zostaną przypadki kobiet, które niejako bez swojej intencji, znalazły się na eksponowanych politycznie stanowiskach np. monarchinie lub, jako żony czy partnerki polityków, mogły oddziaływać na wydarzenia z tzw. cienia. Kariery poszczególnych bohaterek zajęć, zaś omawiane będą z uwzględnieniem okresu historycznego w jakim żyły oraz jego uwarunkowań kulturowych w danym państwie czy regionie. Kurs ma na celu także wyrobienie gotowości do nienarzucania własnej opinii innym podczas dyskusji o polityce oraz uzmysłowienie Słuchaczom, jak wielką rolę odgrywają emocje, kiedy mowa jest o działaniach dotyczących sfery polityki i przywództwa.

dr Karolina Czapska-Małecka

434 zł/20 h

Porozumienie bez Przemocy (*Non-Violent Communication*) to model komunikacji stworzony przez amerykańskiego psychologa, Marshalla B. Rosenberga. Polega on na budowaniu empatycznego komunikatu w oparciu o fakty, uczucia, potrzeby i prośby oraz bazuje na empatycznym słuchaniu. Model ten znajduje bardzo dobre zastosowanie w sytuacjach trudnych, w szczególności w pracy. Dzięki stosowaniu tego modelu komunikacji możliwe jest wygaszanie potencjalnych konfliktów w pracy, przy jednoczesnym zadbanie o potrzeby własne i drugiej osoby. W trakcie kursu Słuchacze zdobędą potrzebną wiedzę i umiejętności, by nauczyć się komunikować w sposób, który prowadzi do porozumienia i satysfakcji obu stron. Kurs także pozwoli na dostrzeżenie i ukształtowanie postawy asertywnej w sytuacji konfliktu w pracy.

mgr Katarzyna Kupka, dr hab. Daniel Mider

781 zł/36 h

Program kursu obejmuje kompleksowe wprowadzenie do świata kryptowalut i blockchaina. Słuchacze kursu zdobędą wiedzę na temat różnic między kryptowalutami a tradycyjnymi pieniędzmi, zrozumieją podstawy technologii *blockchain* oraz zrozumieją mechanizm powstawania kryptowalut i transakcji z ich użyciem. Kurs obejmuje również analizę różnych rodzajów kryptowalut, w tym Bitcoin, altcoiny i stablecoiny, a także zagłębia się w tematykę bezpieczeństwa, anonimizacji transakcji i wykorzystania kryptowalut w cyberświatach. Ponadto, Słuchacze poznają narzędzia do analizy transakcji w sieciach Bitcoin i Ethereum oraz zdobędą umiejętności praktyczne związane z zarządzaniem portfelami kryptowalutowymi i wykorzystaniem technologii blockchain w różnych aplikacjach. **Kurs kierujemy do początkujących Słuchaczy.**

Słuchacze zapoznają się z podstawowym zestawem pojęć używanych w środowisku kryptowalut oraz ustawodawstwem, regulacjami prawnymi i ograniczeniami w zakresie obrotu kryptoaktywami.

Słuchacze zrozumieją podstawy funkcjonowania świata kryptoaktywów, będą znać i identyfikować zagrożenia wynikające z obrotu kryptowalutami, a także nabędą umiejętności pozwalające na identyfikowanie potencjalnych oszustw związanych z inwestycjami w kryptowaluty, czy też ich zakupem lub sprzedażą.

zapisz się **Menopauza – jak sobie z nią radzić – kurs online**

mgr Izabela Częstkiewicz

271 zł/20 h

Kurs "*Menopauza – jak sobie z nią radzić*" oferuje kompleksowe spojrzenie na ważny, trudny i często ignorowany etap życia każdej kobiety. Zajęcia przybliżają tło ewolucyjne, kulturowe i zdrowotne menopauzy, a także dostarczają praktycznych strategii radzenia sobie z jej objawami. Podczas kursu szczególna uwaga poświęcana będzie roli żywienia i skutecznych strategii żywieniowych w tym okresie, z uwzględnieniem zarządzania redukcją masy ciała. Dzięki eksperckiej wiedzy i praktycznym wskazówkom, Słuchaczki zdobędą niezbędne narzędzia, by lepiej zrozumieć i pokonać wyzwania związane z tym nieuniknionym okresem życia.

zapisz się **Mindfulness w codziennym funkcjonowaniu, 6-tygodniowy – kurs online** nowy!

mgr Maria Wasylkowska

407 zł/30 h

Główną ideą kursu jest zapoznanie Słuchaczy z praktyką *Mindfulness* i zastosowaniem uważności w codziennym życiu tak, by szczęśliwiej i świadomiej funkcjonować. Wiedza będzie oparta na koncepcjach Jon Kabat-Zinna, Zindela Segala i Johna Teasdale'a.

Kurs będzie się składał z 6 spotkań:

1. Wprowadzenie do *Mindfulness*.
2. *Mindfulness* i badania.
3. Medytacja *Mindfulness*.
4. Funkcjonowanie na autopilocie. Wychodzenie ze schematów: umysł obserwujący.
5. Skupienie na teraźniejszość: jak być tu i teraz? Uważne budowanie relacji ze sobą i otoczeniem.
6. Jak praktykować *Mindfulness* w życiu codziennym? Twój własny schemat praktyki uważności.

zapisz się **Mindfulness w codziennym funkcjonowaniu – część II – kurs online** nowy!

mgr Maria Wasylkowska

407 zł/30 h

Kurs ma na celu pogłębienie praktyki *Mindfulness* w codziennym życiu Słuchaczy. Dzięki spotkaniom, które łączą głównie dyskusje z praktycznymi ćwiczeniami, Słuchacze będą mieli okazję lepiej zrozumieć, jak stosować *Mindfulness* w różnych aspektach codzienności. Słuchacze będą mieli przede wszystkim przestrzeń na to, by podzielić się różnymi aspektami, w których wdrażanie *Mindfulness* może być pomocne. Te spotkania oparte są głównie na aktywności Słuchaczy.

1. Wprowadzenie: zapoznanie się Słuchaczy, przypomnienie założeń *Mindfulness*.
2. Uważność w relacjach.
3. Zarządzanie stresem i emocjami z użyciem technik *Mindfulness*.
4. *Mindfulness* a podejmowanie decyzji i wdzięczność.
5. Świadomość ciała.
6. Podsumowanie i refleksja.

zapisz się

Mózg, emocje i stres, czyli jak można zarządzać emocjami i stresem – kurs online

mgr Daniel Jerzy Żyżniewski

624 zł/46 h

Kurs przybliży wątek ludzkiej emocjonalności i temperamentu. Słuchacze poznają możliwe podstawowe przyczyny i skutki stresu w ujęciu psychofizjologicznym. Zasygnalizowany zostanie podstawowy związek między działaniem układu nerwowego, hormonalnego, krwionośnego i odpornościowego w sytuacji podwyższonego stresu. Wprowadzony zostanie termin „zegar biologiczny” i przybliżona zostanie jego rola w doświadczaniu emocji oraz stresu. Zaprezentowane zostaną wybrane, podstawowe techniki *Mindfulness*, relaksacji, koncentracji oraz techniki zarządzania emocjami, w tym poznawczo-behawioralne, pomocne w życiu codziennym.

zapisz się

Najciekawsze eksperymenty w psychologii – konfrontacje – kurs online

dr Maciej Słomczyński

434 zł/30 h

Kurs poświęcony jest odkryciom naukowym w psychologii, które wywołały falę ożywionej dyskusji na całym świecie. Kurs jest adresowany do Słuchaczy otwartych na rozwój, którzy pragną ćwiczyć sztukę dyskusowania w atmosferze szacunku względem odmienności poglądów na temat natury ludzkiej. W ramach kursu przedstawione zostaną eksperymenty m.in. takich badaczy, jak Philip Zimbardo (eksperyment więzienny), Stanley Milgram (badanie posłuszeństwa wobec autorytetów) czy Walter Mischel (tzw. test marshmallow). Tym samym, tematyka kursu poszerzy wiedzę Słuchaczy z zakresu psychologii, a możliwość wymiany poglądów pozwoli rozwinąć kompetencje społeczne. Omówione zostaną także granice interpretacyjne oraz niektóre zastrzeżenia natury metodologicznej zaprezentowanych badań.

zapisz się

Pozyskiwanie informacji, analiza dezinformacji (fake news) i bezpieczeństwo informacyjne. Kurs Białego Wywiadu (OSINT) dla humanistów – kurs online

**mgr Bartosz Biderman, inż. Mateusz Kozieł, mgr Katarzyna Kupka,
mgr Konrad Kuźma, mgr Joanna Lewczuk, dr hab. Daniel Mider,
mgr Marcin Żółtowski**

678 zł/50 h

Kurs stanowi autorski, praktyczny zbiór metod i sposobów pozyskiwania i ewaluacji informacji, wykorzystujących wybrane metody psychologii, kryminalistyki, statystyki i informatyki. Słuchacz zapoznaje się z jawnymi źródłami informacji oraz metodyką efektywnego korzystania z nich, uczy się oceniać wiarygodność pozyskanych informacji, a także zostaje zapoznany z technikami dezinformacyjnymi. Przedmiotem kursu jest także metodyka systematycznego pozyskiwania wiedzy i analizy informacji. Słuchacz zostanie również zapoznany z ryzykiem ulotu informacji. Tematykę merytoryczną zamyka praktyczny, wyczerpujący instruktaż eksploracji Internetu Rzeczy oraz krótki warsztat umożliwiający zweryfikowanie i utrwalenie nabytych podczas kursu informacji.

dr Maciej Słomczyński**271 zł/20 h**

W ramach kursu omówimy możliwości wykorzystania powszechnie dostępnych narzędzi sztucznej inteligencji do identyfikacji i analizy problemów, eksploracji możliwych strategii rozwiązania czy oceny opracowanego rozwiązania. Zajęcia obejmują następujące treści kształcenia:

- wiedza: terminy, problem, sytuacja problemowa, rozwiązanie problemu, fazy i ogólne strategie, kryteria i problemy decyzyjne,
- ćwiczenia: generowanie i ocenianie rozwiązań, analiza morfologiczna, synektyka, łamigłówki i zagadki,
- technologia: możliwości i ograniczenia AI – identyfikacja i analiza problemu i szukanie słabych punktów (kruszenie),
- dyskusje: czy problemy są nam potrzebne? Kiedy problem jest nierozwiązywalny? Jak zmieni się rynek pracy?,
- zasoby rynkowe: przegląd wybranych narzędzi AI.

mgr Małgorzata Starzyńska**271 zł/20 h**

Kurs wyjaśnia, czym jest *storytelling* i jak go wykorzystać w praktyce: edukacji, marketingu, sprzedaży, reklamie. Prezentuje i uczy, jak przygotować ciekawą, przykuwającą uwagę opowieść, która zrealizuje zamierzone przez Słuchaczy cele. Pokazuje „przepisy” i reguły tworzenia opowieści, a także uczy skutecznej komunikacji. Podczas kursu Słuchacze nauczą się nie tylko posługiwać tym narzędziem, lecz także posiadać wiedzę, jak nadawcy za pomocą storytellingu próbują oddziaływać na odbiorców.

mgr Daniel Jerzy Żyżniewski**271 zł/20 h**

Kurs wyjaśnia, czym jest i skąd się wzięło zjawisko toksycznej pozytywności. Temat zostaje przedstawiony w kontekście rozwoju i dynamiki ludzkiej psychiki (zwłaszcza kształtowania się i przejawiania Ja osobowego). Zasygnalizowany zostanie wpływ toksycznej pozytywności na jakość relacji interpersonalnych. Uczestnicy kursu dowiedzą się, jak rozpoznawać toksyczną pozytywność i jak na nią reagować w sytuacjach codziennych oraz w kryzysie psychicznym. Omówione zostaną przykłady z życia i praktyki psychologicznej ilustrujące szkodliwy wpływ toksycznej pozytywności na rozwój odporności psychicznej. Przedstawione zostaną powiązania między toksyczną pozytywnością, a różnymi trudnościami psychicznymi, np. w zaburzeniach reakcji stresowej czy zaburzeniach depresyjnych i lękowych. Podane zostaną przykłady wskazujące na to, jak toksyczna pozytywność może nasilać podatność na zaburzenia psychiczne oraz utrudniać uzyskanie skutecznej pomocy. Zaproponowane zostaną wybrane sposoby radzenia sobie z toksyczną pozytywnością.

dr Tomasz Olczyk

501 zł/30 h

Zajęcia poświęcone są praktycznemu ukazaniu metodologii kreatywnego projektowania efektywnych informacyjnie i perswazyjnie prezentacji. **Zajęcia nie są kursem obsługi oprogramowania do tworzenia prezentacji.** Sluchacze zapoznają się praktycznie z kreatywnymi metodami tworzenia prezentacji, niezależnymi od konkretnego programu prezentacyjnego. Nacisk położony jest na kreatywność, szczególnie wizualną i wyjście poza schematy narzucane przez oprogramowanie. Sluchacze poznają i nauczą się stosować w praktyce prezentacyjnej: reguły percepcji prezentacji, techniki myślenia twórczego i kreatywności wizualnej, techniki narracyjne i storytellingowe w strukturyzowaniu prezentacji, a także elementy perswazji, retoryki i ewaluacji prezentacji.

**inż. Mateusz Dworakowski, mgr Katarzyna Kupka, dr hab. Daniel Mider,
mgr inż. Paweł Tomczyk, mgr Marcin Żółtowski**

760 zł/35 h

Zajęcia z „Urban Survival” zapewniają kompleksowe przygotowanie do życia w ekstremalnych warunkach miejskich. Sluchacze poznają systematykę zagrożeń, skupiając się na ewaluacji i prewencji. Zajmują się analizą przestępczości, od kradzieży kieszonkowej po cyberprzestępczość, ucząc się jak rozpoznawać fałszywych funkcjonariuszy i unikać potencjalnych przestępców. Kurs przekazuje także wiedzę z zakresu biologicznych i naturalnych zagrożeń w środowisku miejskim oraz instruuje, jak skutecznie bronić się przed nimi, zachowując zgodność z prawem. Sluchacze dowiedzą się, jak przetrwać ataki terrorystyczne, sytuacje zakładnicze, a nawet okupację i wojnę. Na koniec, zdobywają umiejętności związane z przetrwaniem w najtrudniejszych warunkach – od zdobywania żywności i wody, po (samo)ewakuację i orientację w terenie.

CZŁOWIEK I SPOŁECZEŃSTWO

KURSY STACJONARNE

dr Waleria Szydlowska-Hmissi

271 zł/20 h

„Jest pewna zasada, której adaptator powinien trzymać się za wszelką cenę. Czytelnik najlepiej przecież pamięta początek i koniec przeczytanej powieści i wydawałoby się, że te powinny w filmie zostać niezmienione. Cóż z tego... ostatnie słowa „Popiołu i diamentu” wypowiedziane do umierającego Maćka przez ścigających go żołnierzy ludowego wojska brzmią: – Po coś uciekał, człowieku? Tak napisał Andrzejewski. W 1957 r. robiąc film wiedziałem już dobrze, dlaczego Maciek ucieka i co mogło go czekać po schwytaniu przez UB. Dlatego skreśliłem te słowa, a bohater filmu umiera w samotności na podmiejskim śmietniku” – powiedział między innymi Andrzej Wajda, przyjmując w 2005 roku doktorat honoris causa Uniwersytetu Warszawskiego. To właśnie będzie programem zajęć – obejrzyć fragmenty kolejnych słynnych tytułów Wajdy i odnieść je do literackich pierwowzorów. Teorię adaptacji Wajdy porównamy do teorii francuskiego autora Patrice'a Pavisa. Zajmiemy się pytaniem o udaną adaptację „Dziadów” na ekranie i/lub na scenie; omówimy nowe realizacje Kleczewskiej. Do głównego tematu adaptacji dodamy komentarz antropologiczny i polemikę: Burszta i Napiórkowski pomogą zrozumieć główne cechy współczesnej kultury, które widać na ekranie i w teatrze.

zapisz się

Asertywność jako postawa – nie tylko „nie!” – kurs stacjonarny

dr Alicja Gniewek

724 zł/30 h

Asertywność to nie tylko umiejętność powiedzenia „nie”. Asertywność to sposób bycia i komunikowania się. Kurs ma przede wszystkim na celu rozwijanie asertywnej postawy życiowej. W ten zakres wchodzi m.in.: umiejętność wyrażania własnego zdania, czy własnych poglądów, przyjmowania krytyki, a także zdolność do akceptacji praw, zarówno własnych, jak i innych ludzi. Praca podczas kursu będzie opierała się na metodzie warsztatowej, tzn. Słuchacze będą ćwiczyć i korzystać z doświadczeń oraz wiedzy grupy. Zaplanowane są dyskusje, praca w grupach, praca indywidualna oraz ćwiczenia na forum.

zapisz się

Asertywność – warsztaty wzmacniające poczucie własnej wartości i satysfakcję w relacjach interpersonalnych – kurs stacjonarny

dr Anna Marianowska

271 zł/20 h

Jeśli w Twoim otoczeniu znajdują się osoby, które swoim zachowaniem i słowami sprawiają, że czujesz się źle, a na dodatek odczuwasz „pustkę w głowie”, ponieważ trudno Ci odpowiedzieć lub zachować się w taki sposób, aby czuć się dobrze z samym sobą, to zapraszam Cię na warsztaty asertywności. Poznasz, zrozumiesz swoje prawa i rozwiniesz kompetencje w zakresie formułowania oczekiwań i wyrażania niezadowolenia względem innych. Rozwiniesz także kompetencje w zakresie adekwatnego reagowania w sytuacjach trudnych oraz sytuacjach pozytywnych dotyczących, np. przyjmowania pochwał.

W trakcie zajęć warsztatowych poznasz metody i narzędzia, które pozwolą Ci wzmocnić poczucie własnej wartości i asertywnie – z poszanowaniem praw drugiej osoby – zareagować na niszczącą krytykę, ocenę lub manipulację.

Kurs zaplanowany został w taki sposób, aby Słuchacze doświadczyli wielu różnorodnych sytuacji, zrozumieli mechanizmy manipulacji i agresji oraz wyćwiczyli umiejętność obrony i przedstawiania własnego zdania w sposób stanowczy i uczciwy.

Budowanie bezpieczeństwa psychologicznego i poczucia przynależności w zespole – kurs stacjonarny

M.A. Marta Skrzydelska

651 zł/30 h

Kurs realizowany w formie stacjonarnej.

Bycie w zespole ze wspólnym poczuciem bezpieczeństwa psychologicznego i przynależności jest satysfakcjonującym doświadczeniem, a badania pokazują, że te zespoły są również najbardziej produktywne i innowacyjne. Gdy pracownicy czują się włączeni do swojej organizacji i mogą być autentyczni w pracy, są bardziej zaangażowani i kreatywni, a ich organizacja szybciej się uczy.

Bezpieczeństwo psychologiczne to przekonanie, że nikt nie zostanie ukarany ani upokorzony za zgłaszanie pomysłów, pytań, wątpliwości lub błędów. To definicja profesor Amy Edmondson z Harvard Business School, która od ponad 25 lat bada wpływ bezpieczeństwa psychologicznego, a raczej jego braku, na wydajność i efektywność zespołów i organizacji.

Ten kurs jest dla Ciebie jeśli:

- chcesz wspierać poczucie integracji i przynależności w swoim zespole,
- chcesz pomóc stworzyć normy i praktyki zespołowe, by Twoje miejsce pracy było bardziej inkluzywne,
- chcesz edukować swoich pracowników w zakresie norm i najlepszych praktyk wspierających integrację i przynależność w miejscu pracy.

Kurs odbywać się będzie w trzech 8-godzinnych blokach. Zajęcia będą prowadzone metodą warsztatową. Istotnym elementem zajęć będą ćwiczenia, zapraszanie do indywidualnej refleksji, a także wymiana doświadczeń i wiedzy. Metody pracy: praca w grupach i parach, praca indywidualna oraz ćwiczenia na forum. Kurs jest prowadzony przez certyfikowaną trenerkę Fearless Organization.

Program:

1. Bezpieczeństwo psychologiczne – fakty i mity.
2. Cztery kluczowe wymiary bezpieczeństwa psychologicznego.
3. Jak wiedza o autonomicznym układzie nerwowym wspomaga efektywność indywidualną i zespołową?
4. Zespół i jego dynamika.
5. Budowanie dialogu – trening zaawansowanych umiejętności komunikacyjnych.
6. Przydatne strategie.
7. Bezpieczeństwo psychologiczne – diagnoza i co dalej?

**Program może ulec zmianie, w zależności od potrzeb Słuchaczy kursu.*

Grupa ze zmniejszonym limitem osób.

zapisz się

Czy wiesz, co mówisz? O ukrytej sile słów – kurs stacjonarny

nowy!

mgr Katarzyna Osior-Szot

592 zł/30 h

Podczas kursu będziemy wspólnie przyglądać się różnym aspektom języka i komunikacji. Zajmiemy się między innymi:

- metaforami kognitywnymi,
- opowiadaniem historii (*storytellingiem*),
- prostym językiem,
- wybranymi teoriami komunikacji (modelem komunikacji według R. Jakobsona, barierami komunikacyjnymi, komunikacją opartą na empatii, stylami komunikacji zależnymi od osobowości).

Na początku każdego spotkania będziemy dyskutować na różne tematy związane z polszczyzną (takie jak np.: regionalizmy, język młodzieżowy, archaizmy, grzeczność językowa).

zapisz się

Jak Cię widzą..., czyli autoprezentacja na scenie i przed kamerą – kurs stacjonarny

mgr Magdalena Kaczmarek

669 zł/30 h

Program obejmuje praktyczne ćwiczenia, prowadzące do świadomego kształtowania własnego wizerunku przed kamerami i na scenie. Poprzez warsztaty Słuchacze poznają siebie i będą mieli okazję zweryfikować własne wyobrażenia o mowie ciała z tym, jak odbierają ich inni. Słuchacze poznają techniki prezentacji. Będą pracowali nad warsztatem mowy i ciała, poznają zasady autoprezentacji na scenie i przed kamerami. Świadomość, jakiej nabierze Słuchacz kursu, będzie prowadzić do wzmocnienia własnej samooceny i nabrania pewności siebie, co w efekcie prowadzi do poprawy jego pozycji zawodowej i społecznej.

zapisz się

Jak uczyć się przyjemniej i efektywniej – kurs stacjonarny

mgr Anna Jakubowska

271 zł/20 h

Człowiek uczy się przez całe życie. Dobrze jest zatem uświadomić sobie swoje możliwości i predyspozycje, jeśli chodzi o uczenie się, poznać techniki i narzędzia, które uczynią naukę bardziej efektywną oraz nauczyć się tak organizować swoją naukę, aby była ona przyjemna i stanowiła integralną część życia. Kurs ma charakter warsztatowy. Słuchacze będą odnosić zdobytą wiedzę do własnych doświadczeń, ćwiczyć umiejętności, pracować indywidualnie, w parach i grupach. Podczas kursu zostaną poruszone zagadnienia, takie jak m.in. rozpoznawanie własnego stylu uczenia się, ustanawianie celów związanych z nauką, motywacja wewnętrzna i zewnętrzna, zarządzanie sobą w czasie w kontekście nauki, styl życia a nauka, strategie uczenia się, czy sztuka zdawania egzaminów.

zapisz się

Krytyczny przegląd prasy. Obrona przed czarną magią retoryki – kurs stacjonarny

nowy!

mgr Kamil Kopacewicz

271 zł/20 h

Kurs rozwija umiejętność rozpoznawania perswazji i manipulacji w komunikacji medialnej. Słuchacze poznają mechanizmy językowe, zbadane w zakresie retoryki, pragmatyki, lingwistyki kognitywnej i analizy dyskursu. Zagadnienia obejmują m.in.: budowanie audytorium, konstrukcję argumentów, akty mowy, presupozycje i implikatury, metafory konceptualne, strategie legitymizacji i proksymizacji. W trakcie zajęć Słuchacze przeanalizują przykłady tekstów, kształtując krytyczne spojrzenie, świadomość językową i zdolności retoryczne.

zapisz się

Letnie warsztaty dobrostanu. Praktyczny kurs budowania dobrego samopoczucia – kurs stacjonarny

mgr Aleksandra Modzelewska

630 zł/20 h

Dobrostan jest nie tylko stanem, gdy nie cierpimy z powodu chorób, to także subiektywne poczucie zadowolenia z życia, pozytywny stosunek do samego siebie, zdolność radzenia sobie z wyzwaniami środowiska, czy też ogólne poczucie sensu. Podczas kursu skupimy się na praktycznych technikach wspierających rozwój dobrostanu poprzez redukcję napięcia, wzmacnianie akceptacji, pogłębianie świadomości ciała oraz doświadczenie twórczej wspólnoty, którą jest grupa warsztatowa. Będziemy korzystać między innymi z podejścia uważności (ang. *mindfulness*), z technik relaksacyjnych, elementów świadomej pracy z ciałem i ruchem. Kurs ma charakter praktyczny, Słuchacze będą zapraszani do udziału w różnych ćwiczeniach.

zapisz się

Rozwiń skrzydła – warsztaty budowania poczucia własnej wartości – kurs stacjonarny

M.A. Marta Skrzydelska

592 zł/30 h

W trakcie kursu Słuchacze odpowiedzą sobie na następujące pytania: „Jak chcę się komunikować?” – Słuchacze nauczą się wykorzystywać techniki poznane na zajęciach do podniesienia efektywności swojej codziennej komunikacji; „Jakie są moje zasoby?” – Słuchacze poznają swoje mocne i słabe strony, zdiagnozują obszary, w których chcą się rozwijać; „Co mnie hamuje i ogranicza?” – Słuchacze zdiagnozują przekonania, które mogą być dla nich ograniczeniem, dowiedzą się, jak zamienić je na takie, które mogą być dla nich użyteczne. Zmierzą się również z „wewnętrznym krytykiem” i poznają sposoby na jego oswojenie; „Dokąd zmierzam?” – Słuchacze określają, jakie są ich bliższe oraz dalsze cele i nauczą się wyznaczać je w taki sposób, by były spójne z wartościami, którymi chcą kierować się w życiu.

zapisz się **Sztuka prowadzenia dyskusji – kurs stacjonarny**

dr Maciej Słomczyński

521 zł/30 h

Sluchacz pozna różne taktyki argumentacyjne, które pozwalają zorientować się, jaki jest cel adwersarza i jaką podjąć strategię rozmowy w danych okolicznościach. Opracowane ćwiczenia pomogą opanować podstawy konstruowania argumentu, a omawiane zasady prowadzenia dyskusji ułatwią kontrolowanie ich przebiegu. Z kolei poznanie wybranych mechanizmów obronnych i błędów poznawczych oraz uwarunkowań sporów pozwoli niwelować własne ograniczenia oraz nie dopuszczać do eskalacji konfliktu. Analiza typowych technik manipulacyjnych rozwinie umiejętność diagnozowania chwytów manipulacyjnych i reagowania stosownie do sytuacji w obliczu sporu erystycznego.

zapisz się **Trener wewnętrzny w organizacji – kurs stacjonarny** **nowy!**

dr Patryk Makulski

651 zł/30 h

Kurs to praktyczny program rozwoju dla Sluchaczy, którzy chcą skutecznie wspierać rozwój pracowników w organizacjach. Łączy podstawy pracy trenerskiej z nowoczesnymi metodami, takimi jak *storytelling*, *Design Thinking* czy facylitacja grup. Sluchacze nauczą się projektowania programów szkoleniowych, dostosowanych do rzeczywistych potrzeb organizacji, zarządzania trudnymi sytuacjami oraz wykorzystywania technologii i narzędzi cyfrowych w pracy trenera.

zapisz się **Trening świadomości ciała. Elementy Analizy Ruchu, Terapii Tańcem i Ruchem oraz uważność – kurs stacjonarny**

mgr Aleksandra Modzelewska

630 zł/20 h

W naszym współczesnym świecie wiele czasu poświęcamy na pracę siedzącą, spędzając godziny za biurkiem. Dominującym sposobem poznawania rzeczywistości jest poznanie oparte o intelekt. Ciało zostaje niekiedy zepchnięte na dalszy plan. Tymczasem, nasze ciało jest cennym źródłem wiedzy o procesach emocjonalnych, które w nas zachodzą, kontaktuje nas z fizyczną rzeczywistością i umożliwia uczestniczenie w niej. Podczas spotkań skupimy się na wzmacnianiu świadomości ciała poprzez uważność, techniki relaksacji, elementy Terapii Tańcem i Ruchem oraz Analizy Ruchu. Zajęcia ukierunkowane są na rozpoznawanie własnych preferencji ruchowych, które mogą wspierać w redukcji napięcia, regulacji emocji i osobistym rozwoju.

UWAGA: Kurs ma charakter „doświadczeniowy” i bazuje na ruchu i tańcu, Uczestnicy biorą udział w różnych doświadczeniach i ćwiczeniach bazujących na pracy z ciałem i ruchem. Ważna jest otwartość i gotowość na udział w tego typu formie treningu. Przygotowanie fizyczne nie jest wymagane. Na zajęciach poruszamy się z szacunkiem do możliwości własnego ciała.

zapisz się

W poszukiwaniu sensu życia – filozofia afirmacji – kurs stacjonarny

dr hab. Józef L. Krakowiak

407 zł/30 h

Omawiana będzie bardzo szeroko pojmowana współczesna filozofia życia, bo oprócz filozofii życia sensu stricto, także elementy psychoanalizy, egzystencjalizmu, hermeneutyki i ekologii. Wyakcentowane będą irracjonalne parametry ludzkiej egzystencji: wola, popędy, pragnienia a potrzeby, lęk a trwoga oraz różnorodne emocje – ale po to, aby nauczyć się nad nimi panować. Akcent uporczywie padać będzie na sens ludzkiej egzystencji, czyli ukazywanie ludzkiego i osobistego miejsca w ramach różnego rodzaju całości.

zapisz się

Współpraca w zespole. Budowanie zespołu i zarządzanie nim – kurs stacjonarny

dr Alicja Gniewek

724 zł/30 h

Kurs ma na celu przyjrzenie się różnym działaniom zespołu, zarówno w kontekście indywidualnych osób, jak i grupy jako całości. Podczas kursu Słuchacze będą m.in. ćwiczyć efektywną komunikację pomiędzy członkami zespołu, zastanawiać się, jak organizować pracę tak, by każdy był zadowolony. Rozpatrzą i doświadczą różnych stylów przywództwa oraz przeanalizują aspekty, które wpływają na większą efektywność pracy zespołowej. Praca podczas zajęć będzie opierała się na metodzie warsztatowej – Słuchacze będą ćwiczyć i korzystać z doświadczeń oraz wiedzy grupy. Zaplanowane są dyskusje, praca w grupach, praca indywidualna oraz ćwiczenia na forum.

zapisz się

Zapamiętuj lepiej i ucz się łatwiej: trening pamięci i koncentracji, mnemotechniki i notatki sprzyjające uczeniu się – kurs stacjonarny

mgr Anna Jakubowska

407 zł/30 h

Szybkie i łatwe zapamiętywanie to umiejętność przydatna w codziennym życiu, a także podczas nauki. Dzięki zastosowaniu właściwych technik i narzędzi, można sobie ułatwić naukę, zapamiętywać szybciej i na dłużej, a także wykonywać notatki, które będą atrakcyjne wizualnie i jednocześnie pozostaną w pamięci na długo. Kurs ma charakter warsztatowy i bardzo praktyczny. Po zapoznaniu się z teorią dotyczącą funkcjonowania pamięci, Słuchacze będą ćwiczyć techniki zwiększające koncentrację oraz usprawniające myślenie i zapamiętywanie. Pozną i aktywnie przećwiczą podstawowe mnemotechniki. Słuchacze samodzielnie stworzą notatki sprzyjające uczeniu się i lepszemu zapamiętywaniu.

zapisz się

Znajdź swoje szczęście. Warsztat budowania dobrostanu – kurs stacjonarny

mgr Anna Jakubowska

407 zł/30 h

Podczas kursu Słuchacze przejdą drogę w kierunku szczęścia w rozumieniu psychologii pozytywnej. Szczęście, które rozumiane jest jako dobrostan.

Podczas kursu poruszane będą następujące kwestie: przekonania i ich wpływ na postrzeganie świata, poczucie własnej wartości, koncentracja na pozytywności i pozytywnych emocjach, zaangażowanie i odczuwanie *flow*, tworzenie i pielęgnowanie dobrych relacji, odnalezienie swojego celu i poczucia sensu, mocne strony i ich wykorzystanie w życiu.

Kurs ma formę warsztatu, Słuchacze będą brać udział w ćwiczeniach i dyskusjach. Słuchacze skonfrontują się z tym, jak czuć się szczęśliwym i spełnionym, nie czekając aż zmienią się okoliczności, jak przeżywać życie zgodnie z własnymi potrzebami, szacunkiem dla siebie i swoich uczuć.

PRAWO, BIZNES I IT

KURSY ONLINE

zapisz się

Agile & design mindset, kompetencje przyszłości – kurs online

dr Iwo Zmyślony

999 zł/46 h

Jak zadbać o jakość życia w świecie permanentnej zmiany? W jaki samorozwój warto inwestować, aby nam maszyny nie zabrały pracy? Jak kształtować postawy i jakie kompetencje? Jak uczynić naszą organizację uczącą się, zwinną oraz antykruchą? Czego uczyć naszych pracowników, a czego ich oduczać? Co wyróżnia liderów i jak o nich zadbać?

Celem tego kursu będzie analiza, systematyzacja oraz przeciwiczenie w praktyce nieautomatyzowalnych kompetencji przyszłości. Kurs będzie podzielony na dwa weekendy – podczas pierwszego skupimy się na porządkowaniu zamieszania wokół kluczowych pojęć, a podczas drugiego na warsztatowaniu z wykorzystaniem elementów improwizacji i grywalizacji.

zapisz się

AI dla sceptyków: zastosowania i ograniczenia – kurs online

inż. Mariusz Wziątek, dr Iwo Zmyślony

999 zł/46 h

Celem kursu jest przyswojenie praktycznych podstaw AI oraz zrozumienie ograniczeń tej technologii. Podczas intensywnych warsztatów online, Słuchacze nauczą się korzystać z najbardziej popularnych serwisów AI (m.in. Chat GPT, Midjourney, Google AI Studio, NotebookLM). Kurs łączy podejście praktyczne z krytycznym, koncentrując się m.in. na analizie podstawowych modeli architektury AI i podstawowych modeli uczenia maszynowego, ograniczeniach tychże z uwagi na udział człowieka i dostępność zasobów, zastosowaniach najbardziej popularnych narzędzi AI oraz przemianach w organizacji pracy wynikających z postępującej automatyzacji. Program obejmuje m.in. definiowanie zadań i procesów podatnych oraz niepodatnych na automatyzację oraz praktyczne wykorzystanie modeli RAG i LSTM.

zapisz się **Analiza sprawozdań finansowych – kurs online**

dr Agata Kocia

407 zł/30 h

Podczas kursu Słuchacze zapoznają się z ogólnymi zasadami sprawozdawczości finansowej, uwypukleniem roli poprawnej analizy raportów finansowych w podejmowaniu decyzji inwestycyjnych, w szczególności podstawowych dokumentów (rachunku wyników, bilansu, rachunku przepływów pieniężnych oraz sprawozdania ze zmian w kapitale własnym), które pozwalają analitykom finansowym na śledzenie trendów w działalności przedsiębiorstw. Słuchacze zostaną zapoznani z praktycznym zastosowaniem sprawozdań finansowych, a także zostanie przedstawiona analiza wskaźnikowa i metoda oceny Du Ponta.

zapisz się **Biznes w sieci – strategia, technologia, sprzedaż e-commerce, marketing – kurs online**

dr Przemysław Jóskowiak

543 zł/40 h

Celem kursu jest nabycie wiedzy (etapy, zasady, narzędzia) i praktycznych umiejętności do uruchomienia, realizacji oraz optymalizacji działalności w sieci jako biznes, firma, organizacja niekomercyjna, instytucja lub innego rodzaju podmiot. Kluczowe punkty programu to: strategia biznesowo-marketingowa dla działalności w sieci, technologia do wykorzystania dla swojej prezencji w sieci (czyli strony internetowej), instrumenty sprzedaży e-commerce, marketing i promocja w działalności online. Kurs zakłada wspólną analizę wybranych wzorcowych przykładów komercyjnych i niekomercyjnych z Polski i zagranicy pokazujących, na czym polega skuteczna współczesna działalność w sieci. Każde z 11 spotkań to inny *case* do analizy i omówienia.

zapisz się **Business English – Investing in English (poziom C1) – kurs online**

dr Agata Kocia

651 zł/30 h

Celem zajęć jest zapoznanie Słuchaczy z terminologią finansową w języku angielskim. Podczas zajęć zostaną omówione m.in. takie tematy, jak: pojęcie ryzyka i stopy zwrotu, instrumenty rynku pieniężnego, rynku bankowego czy rynku kapitałowego – dłużne i udziałowe. Słuchacze poznają także bliżej giełdę papierów wartościowych, instrumenty pochodne oraz rynek nieruchomości. Zajęcia będą miały formę wykładowo-ćwiczeniową i są przeznaczone dla Słuchaczy, którzy władają językiem angielskim przynajmniej na poziomie średnio zaawansowanym.

zapisz się

Coaching kariery – strategiczne zarządzanie własną karierą zawodową – kurs online

nowy!

mgr Monika Lejk

271 zł/20 h

Coaching kariery jest doskonałym narzędziem, które wspiera naszą skuteczność w budowaniu kariery zawodowej, przeprowadzając nas przez zagadnienia, takie jak: motywacja, samoświadomość, adaptacja do zmian, bez których nie można osiągnąć sukcesu. Zagadnienia te to również kluczowe kompetencje przyszłości opublikowane w *Raporcie World Economic Forum, Future of Jobs 2025*. Program zajęć jest wielowątkowy i interdyscyplinarny, bazuje na polskich i zagranicznych narzędziach, modelach i badaniach z tej dziedziny oraz bogatym doświadczeniu autorki.

zapisz się

Design Thinking and Usability – kurs online

nowy!

mgr Maria Schulders

285 zł/21 h

ENG:

The main objective of the course is to aid its Participants in the development of strong managerial skills for *Design Thinking* implementation. In the pursuit of achieving said goal, the course will cover theoretical elements of *Design Thinking* theory, combined with the aim and practice of translating said knowledge into routinised behavior. This will be enabled by a course structure combining lectures, discussions and workshops.

PL:

Głównym celem kursu jest wsparcie Słuchaczy w rozwoju silnych umiejętności menedżerskich, przydatnych w realizacji projektów. W dążeniu do osiągnięcia wspomnianego celu, kurs obejmie teoretyczne elementy *Design Thinking*, połączone z integracją i przekształceniem tej wiedzy w rutynowe zachowanie. Umożliwi to struktura kursu, łącząca wykłady, dyskusje i warsztaty.

zapisz się

Dysk Google – skuteczne zarządzanie plikami w chmurze.

Kurs dla początkujących – kurs online

nowy!

dr Michał Kozdra

271 zł/20 h

Kurs jest idealnym rozwiązaniem dla osób początkujących, które chcą opanować funkcje Dysku Google – popularnego narzędzia do przechowywania danych. W prosty i przystępny sposób Słuchacze nauczą się, jak zarządzać dokumentami, bezpiecznie przechowywać pliki oraz mieć do nich dostęp z różnych urządzeń, w tym z telefonu. Kurs pomoże również poznać bardziej zaawansowane funkcje Dysku Google, takie jak synchronizacja plików między urządzeniami oraz rozpoznawanie tekstu w plikach graficznych. Dzięki zdobytym umiejętnościom, Słuchacze poczują się pewniej w cyfrowym świecie, a ich codzienna praca stanie się prostsza i bardziej efektywna. Kurs jest także doskonałą okazją, aby uporządkować dotychczasową wiedzę i poznać nowe możliwości platformy.

E-Biznes i skuteczny e-marketing, czyli jak sprzedawać i promować w internecie – kurs online

dr Agnieszka Marzęda

407 zł/30 h

Czy internet zmienia świat? Czy już tam jesteś? Jeśli nie, to czas najwyższy! Budżety w zastraszającym tempie przesuwane są na działania marketingowe, reklamę oraz promocję właśnie online. Dla wielu firm obecność w necie, zasięgi, generowanie *leadów* to już codzienność. Umiejętne korzystanie z nowoczesnej technologii oraz coraz bardziej wyspecjalizowanych narzędzi, nie tylko przynosi wymierne korzyści, ale często jest podstawą egzystencji – zarówno biznesowych gigantów, jak i osób, które dzięki obecności w *social mediach* kreują siebie jako markę własną. *Influencer marketing*, blogowanie, kampanie w mediach społecznościowych, e-PR i wreszcie e-biznes... To i jeszcze wiele innych zagadnień będzie tematem naszych rozmów. Przede wszystkim jednak przyjrzymy się najnowszym aplikacjom wspomagającym sprzedaż oraz marketing produktów i usług w internecie.

Employee Relations – kurs dla przedstawicieli działów HR, managerów, osób zarządzających zespołami – kurs online

dr Karolina Czapska-Małecka

651 zł/30 h

Employee Relations to działania podejmowane przez firmy, pracodawców i osoby zarządzające zespołami, które mają na celu tworzenie pozytywnych relacji między pracodawcami a pracownikami. Dziedzina ta podejmuje zagadnienia, które prowadzą do zapewnienia bezpieczeństwa psychologicznego pracowników, czyli poczucia bezpieczeństwa, szacunku i wsparcia. Wśród obszarów, tworzących Employee Relations znajdują się: zarządzanie z empatią - czyli umiejętność rozumienia i szanowania potrzeb pracowników, prawidłowa komunikacja, dbałość o dobrostan psychiczny i fizyczny pracowników oraz przeciwdziałanie zjawiskom negatywnym w środowisku pracy. W trakcie kursu Słuchacze zdobędą wiedzę na temat odpowiednich przepisów prawa pracy oraz praktyczne umiejętności komunikacyjne, dzięki którym możliwe będzie wdrożenie Employee Relations w życiu organizacji.

Future of Jobs – Kompetencje przyszłości – jak świadomie, z nadzieją i optymizmem uczestniczyć w nowoczesnym rynku pracy – kurs online

mgr Monika Lejk

407 zł/30 h

Jak wynika z prognoz World Economic Forum, zawartych w *Future of Jobs Survey* z 2020 r., aż 85 milionów miejsc pracy zniknie z rynku, a na to miejsce pojawi się 97 milionów nowych miejsc pracy, związanych z technologią cyfrową, co oznacza, że rynek pracy czeka w najbliższych latach prawdziwa rewolucja, skutkująca pojawieniem się ponad 60% nowych zawodów, opartych o kompetencje, postawy i umiejętności przyszłości.

Dlaczego warto dziś otworzyć się na nowe koncepcje tj. m.in.: *lifelong learning*, *job crafting*, *future thinking*, *entrepreneurial thinking*, *collaborative thinking*, *skill-based thinking*?

Uczestnicząc w tym kursie, Słuchacze zwiększą swoje szanse w kontekście lepszego zrozumienia trendów oraz świadomego, optymistycznego i efektywnego przygotowania się do uczestnictwa w nowoczesnym rynku pracy.

zapisz się

HR mastermind – kurs online

dr Iwo Zmyślony

999 zł/46 h

Kurs skierowany jest do praktyków zarządzania, przywództwa i organizacji pracy, w tym specjalistów HR oraz liderów zmiany, którzy rozumieją strategiczną rolę „miękkiego HR” („People & Culture”) i są zainteresowani rozwojem niezbędnych ku temu tzw. kompetencji miękkich (kadra kierownicza, trenerzy i doradcy biznesu, scrum masterzy i agile coache itp.). Podczas dwóch intensywnych weekendowych sesji online Słuchacze będą analizować szczególnie ciekawe przypadki wdrożeniowe, dzielić się doświadczeniami w zakresie dobrych i złych praktyk oraz wspierać w rozwoju kompetencji niezbędnych do efektywnego wdrażania innowacji i zarządzania zmianą. Ostateczny program zajęć zostanie dostosowany do potrzeb Słuchaczy, obejmując przegląd najnowszych trendów w zarządzaniu, przywództwie i organizacji pracy (m.in. *skill-based organizations*, projektowanie EX, DEIB, AI w HR, *managing-up*, praca na oporze).

zapisz się

Komunikacja na co dzień i w biznesie, czyli jak docierać do otoczenia – kurs online

dr Agnieszka Marzęda

407 zł/30 h

Komunikacja jest wszędzie! To ona tworzy naszą rzeczywistość, dlatego niezmiennie ważne wydaje się usystematyzowanie pojęć oraz pokazanie, jak umiejętnie z niej korzystać, by odnosić zamierzone cele. Propaganda, perswazja, manipulacja, spirala milczenia, bariery, techniki wpływania na innych, autoprezentacja oraz mowa ciała... to i jeszcze wiele innych zagadnień będzie tematem naszych rozmów.

zapisz się

Krytycyzm i myślenie krytyczne – kurs online

dr Iwo Zmyślony

999 zł/46 h

Intensywne warsztaty online skupione na analizie i systematyzacji kluczowych postaw i kompetencji krytycznych (*mindset & skillset*) oraz ćwiczeniu myślenia krytycznego w praktyce współpracy, przywództwa i zarządzania. Powadzone w modelu uczenia partnerskiego (*peer-to-peer learning*), wymagać będą od uczestników aktywnej współpracy. Przeanalizujemy różnice między krytycyzmem a krytykanctwem, omówimy genezę myślenia krytycznego i jego związki z naukowym racjonalizmem, alternatywne podejścia krytyczne oraz ich znaczenie w świecie VUCA/BANI. Skupimy się na roli myślenia krytycznego w procesach zarządzania zmianą, w szczególności w procesach *problem finding* i *problem solving* oraz na uwarunkowaniach społecznych, poznawczych i technologicznych warunkujących lub hamujących krytycyzm w organizacjach.

dr Iwo Zmyślony**999 zł/46 h**

Kurs będzie miał postać intensywnych seminariów online, skupionych na analizie i systematyzacji (a) czynników kultury organizacyjnej warunkujących efektywność procesów innowacji oraz (b) modeli efektywnego zarządzania zmianą tj. dobrych praktyk transformacji postaw, relacji, procesów i kompetencji w organizacjach biznesowych. Spotkania będziemy realizować w modelu uczenia partnerskiego (*peer-to-peer learning*) zorientowanego na rozwój kompetencji poprzez interakcję w oparciu o lektury, *case studies* oraz doświadczenia zawodowe Słuchaczy.

**Leadership Development Program – Program Rozwoju Zdolności
Przywódczych – kurs online**

nowy!

mgr Maria Schulders**285 zł/21 h**

ENG:

The main objective of the course is to aid its Participants in the development of strong leadership skills. In the pursuit of achieving said goal, the course will cover theoretical elements of leadership, combined with the aim and practice of translating said knowledge into routinised behavior. This will be enabled by a course structure combining lectures discussions and workshops.

Classes will follow a human relations approach to management, based on theories developed by Elton Mayo.

PL:

Głównym celem kursu jest wsparcie Słuchaczy w rozwoju silnych umiejętności przywódczych. W dążeniu do osiągnięcia wspomnianego celu, kurs obejmie teoretyczne elementy przywództwa połączone z integracją i przekształceniem tej wiedzy w rutynowe zachowanie. Umożliwi to struktura kursu łącząca wykłady, dyskusje i warsztaty.

Zajęcia będą prowadzone zgodnie z podejściem do zarządzania opartym na relacjach międzyludzkich, bazującym na teoriach opracowanych przez Eltona Mayo.

Management and Quality / Zarządzanie i Jakość – kurs online

nowy!

mgr Maria Schulders**285 zł/21 h**

ENG:

The main objective of the course is to aid its Participants in understanding and applying management and quality principles. The course will cover theoretical elements of classical management theories and quality management tools, with a strong focus on integrating this knowledge into practice through discussions and workshops. Topics include Deming's 14 Points, Kaizen, Six Sigma, and 5S, with an emphasis on process improvement and operational excellence.

PL:

Głównym celem kursu jest zapoznanie Słuchaczy z zasadami zarządzania i zarządzania jakością. Kurs obejmie teoretyczne elementy klasycznych teorii zarządzania oraz narzędzi zarządzania jakością, ze szczególnym naciskiem na integrację tej wiedzy poprzez dyskusje i warsztaty. Tematy obejmują 14 zasad Deminga, Kaizen, Six Sigma oraz 5S, z naciskiem na doskonalenie procesów i doskonałość operacyjną.

dr Agata Kocia**543 zł/40 h**

W trakcie zajęć zaplanowane są cztery moduły tematyczne:

1. Stworzenie modelu finansowego w oparciu o rachunek wyników (model biznesowy przedsiębiorstwa, nakłady inwestycyjne).
2. Stworzenie modelu finansowego w oparciu o bilans (odniesienie kategorii wynikowych na stany bilansowe).
3. Analiza finansowa (rentowność i płynność modelu finansowego oraz zastosowanie wsk. NPV, IRR, PI).
4. Wycena przedsiębiorstwa (zastosowanie metody DCF oraz metod wyceny księgowej).

Każdy z tych elementów będzie ćwiczony w grupach lub indywidualnie przez Słuchaczy. Podczas zajęć część czasu będzie poświęcona na pracę własną, ale może okazać się konieczna praca również poza zajęciami.

Mowa ciała i gra słów, czyli autoprezentacja na co dzień i w biznesie – kurs online**dr Agnieszka Marzęda****407 zł/30 h**

Jak nas widzą, tak nas piszą! Zapewne każdy zna to słynne powiedzenie. Czy tak jest faktycznie? Na ile ważny jest nasz wygląd, zachowanie, mowa ciała? Czy na nasz sukces biznesowy wpływa postawa, nasz uśmiech, ubrania, które nosimy? Czy lekarz, nauczyciel, polityk czy sprzedawca może być elegancki i kompetentny? Czy nasza atrakcyjność gwarantuje udany związek? Na te i inne pytania postaramy się wspólnie odpowiedzieć podczas zajęć. Będziemy przygotowywać przemowy, trenować przed lustrem i dobierać makijaż. Poznamy narzędzia do profesjonalnego przygotowania CV, prezentacji oraz portfolio, techniki zarządzania zmianami oraz czasem.

Nowe Technologie w praktyce – kurs online**dr Małgorzata Al-Khatib****407 zł/30 h**

Kurs skierowany jest do Słuchaczy zainteresowanych twórczym wykorzystaniem wybranych nowoczesnych technologii chmurowych SaaS w realizacji swoich pasji oraz wyzwań zawodowych i prywatnych. Podczas kursu każdy ze Słuchaczy/każda ze Słuchaczek będzie miał/miała możliwość: poznania narzędzi do zarządzania czasem, przepływem pracy oraz pracą zdalną; stworzenia interaktywnej witryny internetowej; skorzystania z aplikacji edukacyjnych, np. do nauki języków obcych i innych; zaprojektowania reklamy w stylu kreskówki; notowania za pomocą mapy mentalnej; zmontowania *podcastu* na Spotify i wideoklipu na TikToku; tworzenia dokumentów biurowych i grafiki użytkowej w nowoczesnej oprawie, a także mówiącego awatara, quizu czy infografiki. Dzięki temu pozna metody twórczej pracy w sieci, wspierające zarówno autonomię uczącego się, jak i wykorzystanie zalet coraz popularniejszej sztucznej inteligencji (AI). Całość zostanie zrealizowana na platformie ZOOM oraz Google Classroom.

zapisz się

Nowe trendy, technologie i aplikacje internetowe – kurs online

dr Agnieszka Marzęda

407 zł/30 h

Na ile dobrze znasz nowe technologie? Czy wiesz, że codziennie z nich korzystasz? Czy umiesz się bronić przed ich wpływem? A może właśnie czytają twoje myśli? AI (sztuczna inteligencja), VR (wirtualna rzeczywistość), GPT (Generative Pre-trained Transformer), czy NLT (Natural Language Technology) to tylko niektóre z nowych pojęć, które mają wpływ na biznes i nasze codzienne życie. Znajomość technologii i nowych aplikacji może pomóc w usprawnieniu procesów biznesowych, dostarczeniu lepszych wyników dla klientów i dostosowaniu oferty do ich wymagań, jak również sprawić, że nasze działania i komunikacja przejdą na zupełnie nowy wymiar. Kurs umożliwi uczestnikom pozostanie na bieżąco z najnowszymi trendami, zdobycie nowej wiedzy i umiejętności z zakresu nowych technologii i rozwiązań internetowych, pomoże otworzyć drzwi do różnorodnych możliwości zawodowych, co jest kluczowe w dynamicznie zmieniającym się środowisku biznesowym.

Czy ten kurs jest dla Ciebie? Zdecydowanie tak! Krok po kroku, prostym i zrozumiałym językiem, będziemy tłumaczyć, pokazywać i rozmawiać o każdym z powyższych pojęć.

zapisz się

Paleotypografia cyfrowa na przykładzie czcionek dawnych drukarni polskich – kurs online

nowy!

prof. dr hab. Janusz S. Bień

271 zł/20 h

Sluchacze poznają narzędzia informatyczne, takie jak repozytoria GitHub, funkcje zecerskie fontów i ich użycie w programie LuaLaTeX, format DjVu do reprezentacji skanów tekstów i programy do jego obsługi. Poznają również wybrane aspekty typografii szesnastowiecznej na przykładzie m.in. traktatu Zaborowskiego i pisma nr 1 drugiej drukarni Unglera.

zapisz się

Personal branding w internecie; współpraca dziennikarzy, blogerów i influencerów z biznesem – kurs online

dr Agnieszka Marzęda

407 zł/30 h

Czy zastanawiałaś/eś się kiedyś, jak zbudować własną markę w internecie i stać się autorytetem jako dziennikarz, bloger czy influencer? Jakie narzędzia i strategie mogą pomóc osiągnąć ogromne zasięgi i skutecznie komunikować się z biznesem? Podczas tych zajęć dowiesz się, jak analizować portale informacyjne, blogi i media społecznościowe pod kątem popularności poszczególnych twórców i prowadzonych kampanii. Dowiesz się, jakie są skuteczne formy komunikowania i budowania relacji w nowoczesnym świecie mediów online, poznasz narzędzia, takie jak Brand24, Semrush czy Sotrender, które pomogą Ci w monitoringu i zarządzaniu działaniami w internecie. Porozmawiamy o wyzwaniach etycznych i o tym, jak radzić sobie z kryzysami komunikacyjnymi w mediach społecznościowych.

dr hab. Grażyna Spytek-Bandurska**407 zł/30 h**

Prawo pracy jest jedną z gałęzi prawa obejmującą ogół norm regulujących stosunki społeczne związane z pracą, które zachodzą między podmiotami (tj. pracodawcą i pracownikiem) o odmiennych interesach i pozycji prawnej. Poznanie podstawowych zagadnień prawa pracy jest przydatne w życiu zawodowym, gdyż ułatwia zrozumienie pewnych zjawisk i pozwala zapobiec pojawieniu się różnych niepożądanych konsekwencji w sferze zatrudnienia, wynikających z niewiedzy lub braku umiejętności właściwego zachowania.

Celem kursu jest przedstawienie Słuchaczom zagadnień dotyczących podstawowych praw i obowiązków pracodawców i pracowników w zakresie: stosunku pracy i jego ochrony, wynagrodzeń, czasu pracy, urlopów, rodzicielstwa, zasad bezpieczeństwa i higieny pracy. Zdobyta wiedza ma ułatwić Słuchaczom dostosowanie się do wyzwań współczesnego rynku pracy i sprzyjać zapewnieniu bezpieczeństwa socjalnego.

dr Paulina Stachura**407 zł/30 h**

Kurs jest dedykowany osobom rozpoczynającym pracę w języku R. Zakres kursu obejmuje zapoznanie Słuchaczy z zasadami tworzenia kodu w języku R oraz efektywnej pracy w R Studio. Program obejmuje przedstawienie podstawowych funkcji, typów danych i obiektów, jak wektory, macierze, listy i ramki danych. Słuchacze rozwiną umiejętność stosowania funkcji bazowych, instrukcji warunkowych oraz pętli. Na każdych zajęciach omówione zostaną zagadnienia teoretyczne, które następnie zostaną wykorzystane w zadaniach praktycznych.

dr Agata Kocia, mgr Marzena Maselewska**407 zł/30 h**

Celem kursu jest zapoznanie Słuchaczy z podstawowymi elementami systemu informacyjnego rachunkowości finansowej, odzwierciedlającymi majątek przedsiębiorstwa, źródła jego finansowania oraz wyniki działalności gospodarczej. Przedstawione zostaną podstawowe rodzaje dokumentów znajdujących się w obrocie gospodarczym, możliwość ich wykorzystania w ewidencji księgowej i wpływ operacji gospodarczych na pozycje bilansu i rachunku zysków i strat.

dr Cezary Dzierzbicki**407 zł/30 h**

Podczas kursu Słuchacze zapoznają się z problematyką nieruchomości, rozpoznawanych w postępowaniu cywilnym przez polskie sądy, podstawowymi pojęciami, instytucjami prawnymi, jak również z różnymi dowodami, orzeczeniami i środkami zaskarżenia wyróżnianych i stosowanych w tych sprawach. Poza tym, podczas kursu zostanie przedstawione orzecznictwo. Przedstawione będą też poszczególne rodzaje spraw dotyczące nieruchomości, rozpoznawane w procesie i w postępowaniu nieprocesowym, z dokładnym określeniem ich odrębności. Kurs prowadzi do wykształcenia u Słuchaczy umiejętności sporządzenia podstawowych pism procesowych i ogólnej znajomości regulacji w tym zakresie.

zapisz się

Programy Mentoringowe w organizacji – od podstaw do mistrzostwa – kurs online nowy!

mgr Monika Lejk**271 zł/20 h**

Jak wynika z *Raportu World Economic Forum, Future of Jobs Report 2025*, kompetencje, takie jak: umiejętność analitycznego myślenia, zwinność, kreatywność, współpraca z AI, przywództwo, to kompetencje przyszłości. Można je przyswajać w różny sposób. Jednym z nich jest profesjonalny mentoring w formie programów oferowanych przez organizacje, w których pracujemy.

- W jaki sposób przygotować taki program w organizacji efektywnie i optymalnie?
- Jak przekonać do niego biznes?
- Jak wyznaczyć KPI?
- W jaki sposób dobrać pary mentoringowe?

Uczestnicząc w tym kursie, Słuchacze odnajdą odpowiedź na powyższe pytania oraz rozwiną wiedzę teoretyczną i praktyczną w temacie budowania programów mentoringowych.

Zakres kursu jest wielowątkowy i interdyscyplinarny. Łączy praktyczną wiedzę z teoretyczną oraz warsztatami.

zapisz się

Promocja w sieci – strategia, kanały, kampanie, analityka – kurs online

dr Przemysław Jóskowiak**407 zł/30 h**

Celem kursu jest nabycie wiedzy (etapy, zasady, narzędzia) i praktycznych umiejętności budowy systemu promocyjnego oraz realizacji, jak i optymalizacji działalności marketingowo-promocyjnej w sieci jako biznes, firma, organizacja niekomercyjna, instytucja lub innego rodzaju podmiot. Kluczowe punkty programu to: strategia marketingowo-promocyjna w sieci, cele marketingowo-promocyjne, budowa systemu promocyjnego z kanałem własnym i zewnętrznymi (*social media*, newsletter itp.), tworzenie przekazów multimedialnych (*copywriting*, działania SEO i inne), przygotowanie i uruchomienie kampanii promocyjnej (Meta i Google), analityka i optymalizacja działalności marketingowo-promocyjnej.

zapisz się

Service Design Thinking dla początkujących – kurs online

dr Iwo Zmyślony**999 zł/46 h**

Kurs jest przeznaczony dla osób zainteresowanych podstawami *Service Design Thinking* (SDT) oraz zastosowaniami tego podejścia w biznesie, ze szczególnym uwzględnieniem obszarów R&D oraz marketingu, brandingu i sprzedaży B2C. W trakcie dwóch weekendowych spotkań uczestnicy opanują w praktyce założenia metodologii *Double Diamond*, jak również przećwiczą techniki i metody wspierające kreatywność na różnych etapach procesów projektowych. Omówimy też m.in. założenia klientocentryzmu, relacje między UX, BX, CX, EX, TX a CXM, podstawy metodyki OKR oraz powiązania SDT z *lean management* i *agile development*. Zajęcia mają formę warsztatów online na platformie *Mural* i będą wymagać pracy własnej Słuchaczy.

dr Iwo Zmyślony

999 zł/46 h

Kurs skierowany do praktyków Service Design Thinking, którzy chcą doskonalić własne kompetencje warunkujące efektywne wdrażanie tego podejścia do procesów biznesowych, zwłaszcza w obszarach HR (P&C), R&D, sprzedaży i marketingu B2B oraz zarządzania zmianą. Zajęcia prowadzone w formule *mastermind* i *P2P learning* będą kładły nacisk na wspólnotową analizę ciekawych przypadków i wzajemne wsparcie w rozwoju. Słuchacze muszą znać założenia modelu *Double Diamond* i mieć doświadczenie w jego stosowaniu. W zależności od potrzeb uczestników, skupimy się na wyzwaniach typowych dla etapów prototypowania i skalowania rozwiązań lub diagnostyki i definiowania wyzwań projektowych.

prof. dr hab. Janusz S. Bień

271 zł/20 h

Choć pierwotnie system TeX był przeznaczony do składu tekstów matematycznych, jest on tak uniwersalny, że znalazł szerokie zastosowanie również w innych dziedzinach, takich jak trudne teksty lingwistyczne czy skład tzw. edycji krytycznych. Na kursie skład formuł matematycznych całkowicie pominiemy, bo ten temat jest bardzo dobrze udokumentowany w łatwo dostępnych tekstach.

Pracę nad tekstem w systemie TeX zaczynamy praktycznie zawsze od znalezienia szablonu lub podobnego formalnie tekstu, który potem modyfikujemy. Na kursie Słuchacze poznają zarówno ogólnodostępne szablony, jak i ciekawsze technicznie teksty przygotowane przez Prowadzącego.

Wątkiem przewodnim zajęć będzie skład przez Prowadzącego obszernego fragmentu publikacji dostępnej publicznie na otwartej licencji, ale tylko w postaci skanów. Słuchacze będą mogli obserwować postęp prac, a chętni będą mogli wnieść swój wkład za pomocą informatycznych narzędzi ułatwiających współpracę. Na zajęciach będzie można też omawiać skład tekstów wykonywany przez Słuchaczy na własne potrzeby.

dr Agata Kocia, mgr Kinga Rogala Gutowska

407 zł/30 h

Zajęcia 1: Przedstawienie podstaw ekonomicznych funkcjonowania rynku pracy.
Zajęcia 2: *Personal branding* w pracy rekrutera. LinkedIn w budowaniu marki osobistej rekrutera.
Zajęcia 3/4: Badanie potrzeb rekrutacyjnych organizacji. Przygotowanie opisu profilu kandydata oraz ogłoszenia o pracę. Sztuczna inteligencja w procesie rekrutacji.
Zajęcia 5: Rola RODO w ochronie danych osobowych, w szczególności podczas procesu rekrutacyjnego.
Zajęcia 6: Źródła pozyskiwania kandydatów do pracy. Nowoczesne narzędzia do pozyskiwania kandydatów z rynku. Rola portali z ogłoszeniami (*job-boardy*).
Zajęcia 7: Omówienie etapów procesu rekrutacyjnego, od rozmowy kwalifikacyjnej do finalnego zatrudnienia kandydata w organizacji.
Zajęcia 8: Omówienie znaczenia informacji zwrotnej (*feedback*) w procesie rekrutacyjnym.
Zajęcia 9: Omówienie roli skutecznej rekrutacji w rozwoju organizacji. Znaczenie skutecznej rekrutacji w rozwoju firmy.
Zajęcia 10: Podsumowanie tematów. Warsztaty praktyczne.

zapisz się

Systems Thinking and Design – Myślenie Systemowe i Projektowanie – kurs online

mgr Maria Schulders

285 zł/21 h

ENG: The course's main objective is to develop Participants' abilities to apply Systems Thinking principles to business contexts. Through lectures, discussions, and workshops, the course will bridge theoretical insights and practical application, with a focus on analyzing and optimizing systems to support business innovation and sustainable practices.

PL: Głównym celem kursu jest rozwinięcie umiejętności Słuchaczy w stosowaniu zasad myślenia systemowego w kontekstach biznesowych. Poprzez wykłady, dyskusje i warsztaty kurs połączy wgląd teoretyczny z praktycznym zastosowaniem, koncentrując się na analizie i optymalizacji systemów dla wsparcia innowacji i zrównoważonych praktyk biznesowych.

zapisz się

Sztuczna inteligencja (AI) dla twórców prezentacji i wideoklipów – kurs online

dr Małgorzata Al-Khatib

407 zł/30 h

Sztuczna inteligencja to potężne narzędzie, które zmienia świat. Ten kurs nauczy Cię, jak wykorzystać AI do tworzenia kreatywnych i praktycznych projektów. Dowiesz się, jak wykorzystać AI do poprawy jakości i atrakcyjności swoich prezentacji i wideoklipów. Poznasz podstawowe pojęcia AI, narzędzia i techniki AI do tworzenia prezentacji i wideoklipów, a także praktyczne zastosowanie AI w komunikacji wizualnej w różnych dziedzinach.

Kurs składa się z 5 modułów:

1. Wprowadzenie do AI.
2. AI w prezentacji.
3. AI w wideoklipach.
4. Praktyczne zastosowania AI.
5. Etyka i przyszłość AI.

Kurs realizowany zdalnie na platformie ZOOM oraz Google Classroom. Wymagane posiadanie konta Gmail.

zapisz się

Tajemnice Internetu – opowieści i warsztaty o mrocznych aspektach cyberprzestrzeni – kurs online

mgr Bartosz Biderman, dr hab. Daniel Mider

608 zł/28 h

Wykłady i warsztaty obejmują zagadnienia od historii i anatomii Internetu, przez ukryte sieci (Darknet), alternatywne media społecznościowe, po przyszłość – Web 3.0 i metawersy. Poruszane są tematy techniczne (protokoły, adresy, konfiguracja) oraz społeczno-kulturowe (subkultury, ekstremizm, sygnaliści, deep fakes). Celem jest pokazanie mniej znanej strony Internetu, poza głównym nurtem oraz wskazanie kierunków rozwoju jak decentralizacja czy wirtualne wszechświaty. Kluczowe jest połączenie wiedzy informatycznej z refleksją socjologiczną i politologiczną.

zapisz się

Tajemnice protokołu dyplomatycznego dla ciekawskich – kurs online

dr hab. Dobromir Dziewulak, prof. ucz.

407 zł/30 h

Program kursu łączy w sobie rzeczową informację o protokole dyplomatycznym i praktykę ceremoniału oraz etykiety. Podczas kursu poruszone zostaną zagadnienia takie jak: pojęcia i zadania protokołu dyplomatycznego, precedencja, ceremoniał (organizacja i przebieg uroczystości), etykieta, organizacja przyjęć (typy przyjęć, rozsadzanie przy stole, dobór, sposób jedzenia itp.), typy strojów i zasady ich doboru, korespondencja oraz bilety wizytowe.

zapisz się

Witryny Google: tworzenie stron internetowych dla początkujących – kurs online

nowy!

dr Michał Kozdra

271 zł/20 h

Kurs rozpoczyna się od wprowadzenia do Google Sites, podczas którego Słuchacze zapoznają się z interfejsem i możliwościami aplikacji. Następnie skupimy się na tworzeniu struktury witryny oraz projektowaniu treści, takich jak teksty, obrazy i multimedia. Kolejnym etapem będzie integracja Google Sites z innymi aplikacjami Google, umożliwiającą wzbogacenie strony o dynamiczne elementy, takie jak kalendarz, prezentacje czy formularze. Na zakończenie omówimy proces publikacji i zarządzania witryną, w tym ustawienia widoczności oraz aktualizację treści.

zapisz się

Wizualizacja danych z wykorzystaniem narzędzi języka R – kurs online

dr Tomasz Olczyk

407 zł/30 h

Program obejmuje zapoznanie z działaniem środowiska programistycznego R i programu RStudio, importowanie i przekształcanie danych, zagadnienia teorii grafiki informacyjnej i jej implementacji w pakietach środowiska R. Dalsza część kursu koncentruje się na tworzeniu różnych typów wykresów, ich interaktywnych i animowanych wersji i *dashboardów*, tworzenie prezentacji i raportów z wykorzystaniem *rmarkdown*, poprzez wykresy sieciowe, wykresy przepływu, skończywszy na wizualizacji danych tekstowych i diagramach.

zapisz się

WordPress dla biznesu, e-commerce oraz innych celów – kurs online

dr Przemysław Jóskowiak

543 zł/40 h

Celem kursu jest nabycie praktycznych umiejętności do budowy nowoczesnych i responsywnych stron internetowych za pomocą systemu zarządzania treścią WordPress, który dzięki swojej elastycznej funkcjonalności oraz możliwości rozszerzeń (poprzez wtyczki) jest idealnym narzędziem dla każdego rodzaju prezencji w sieci, zarówno komercyjnej, jak i niekomercyjnej. Kluczowe punkty programu to: podstawowa funkcjonalność WordPress, personalizacja motywu i wyglądu strony internetowej, budowa stron treściowych za pomocą Elementora, wdrożenie sprzedaży w sieci za pomocą WooCommerce, integracje z serwisami zewnętrznymi, działania marketingowe i zabezpieczające.

zapisz się

Wycena nieruchomości – kurs online

dr Paulina Stachura

407 zł/30 h

Kurs adresowany jest do osób, które chcą poszerzyć swoją wiedzę na temat funkcjonowania rynku nieruchomości. W pierwszej części kursu przedstawione zostaną podstawowe definicje rynku nieruchomości, wyceny nieruchomości i obowiązujące w Polsce regulacje prawne. Szczegółowo zostanie omówiona problematyka wyceny nieruchomości, stosowane metody wyceny wraz z praktycznymi przykładami ich stosowania przy sporządzaniu operatów szacunkowych. Słuchacze zapoznają się z przykładami wycen oraz będą mogli samodzielnie je sporządzać przy wykorzystaniu danych transakcyjnych z terenu Warszawy. Wykonywane na zajęciach operaty szacunkowe będą sporządzane tylko na użytek własny. Jest to kurs o charakterze autorskim, niezwiązany z procesem uzyskiwania państwowych uprawnień zawodowych rzeczoznawcy majątkowego.

zapisz się

Zaawansowana analiza sprawozdań finansowych – studia przypadku – kurs online

dr Agata Kocia

543 zł/30 h

Podczas kursu Słuchacze zapoznają się z zasadami przeprowadzania analizy fundamentalnej na przykładach wybranych spółek. Poznają również wybrane metody manipulacji informacją przedstawianych w sprawozdaniach finansowych – metody wpływania na wyniki przedsiębiorstw, manipulacja przepływów pieniężnych, sposoby nieprecyzyjnego przedstawiania danych w bilansie. Warunkiem udziału w kursie jest znajomość zasad sprawozdawczości finansowej.

zapisz się

Zatrudnianie i zwalnianie pracowników. Analiza przepisów prawa pracy – kurs online

dr hab. Grażyna Spytek-Bandurska

407 zł/30 h

Celem kursu jest przedstawienie Słuchaczom zagadnień dotyczących praw i obowiązków stron w zakresie zatrudniania i zwalniania pracowników. W szczególności celem kursu jest omówienie zagadnień dotyczących: stosowania różnych podstaw zatrudnienia pracowników, przebiegu rekrutacji, równego traktowania, ochrony danych osobowych, gromadzenia dokumentów, obowiązków pracodawcy dotyczących rozwiązania stosunku pracy z uwzględnieniem różnic między umowami terminowymi i umową o pracę na czas nieokreślony, zwolnień grupowych i indywidualnych z przyczyn niedotyczących pracowników, szczególnej ochrony wybranych grup pracowników przed zwolnieniem z pracy, zakazu konkurencji, wystawiania świadectwa pracy i innych dokumentów, wygaśnięcia umowy o pracę, rozstrzygania sporów ze stosunku pracy na drodze polubownej i przed sądem pracy. Podczas kursu Słuchacz pozna zasady, pojęcia i instytucje prawa pracy oraz szczegółowe regulacje prawne dotyczące zatrudniania i zwalniania pracowników, nabeędzie wiedzę o prawach i obowiązkach stron podejmujących zatrudnienie i ustalających jego warunki, a także pozna przyczyny, przebieg i skutki zwolnienia z pracy.

PRAWO, BIZNES I IT

KURSY STACJONARNE

zapisz się

Kreowanie wizerunku firmy – konieczność czy kaprys? – kurs stacjonarny

nowy!

mgr Małgorzata Starzyńska

271 zł/20 h

Kurs porusza tematy dotyczące znaczenia i roli wizerunku firmy/marki na współczesnych rynkach. Jest wstępem do szerszego ujęcia tego tematu. Zasygnalizuje odpowiedzi na poniższe pytania:

1. Co to jest wizerunek firmy/marki, czy konieczne są działania w celu jego kreowania. A jeśli tak, to dlaczego?
2. Jak zatem wykreować pozytywny wizerunek firmy/marki korzystny dla osiągnięcia założonego celu. Jak zbadać siłę wizerunku np. konkurencji?
3. Czy są ograniczenia, etyka, odpowiedzialność?

zapisz się

Laboratorium PR – w internecie, mediach społecznościowych, a może tradycyjnie? – kurs stacjonarny

nowy!

mgr Małgorzata Starzyńska

271 zł/20 h

Podczas kursu Słuchacze dowiedzą się, jak ważne są relacje z otoczeniem dla funkcjonowania organizacji – kiedyś i dziś, w dobie internetu i nowych mediów. Jak zatem je kształtować korzystnie dla osiągnięcia założonych celów? Słuchacze poznają podstawowe narzędzia oraz typy kampanii PR. Ważnym elementem kursu jest też etyka i odpowiedzialność w działaniach PR i to, jak rzeczywistość ma się do kodeksów.

zapisz się

Leadership Development Program II – Advanced Leadership Skills – kurs stacjonarny

nowy!

mgr Maria Schudlers

271 zł/20 h

ENG:

The course's main objective is to enhance Participants' leadership and negotiation skills through in-person workshops and discussions. The program integrates theoretical models and practical applications, focusing on advanced leadership frameworks, negotiation strategies, and collaboration techniques to address complex organizational challenges effectively.

PL:

Głównym celem kursu jest rozwinięcie umiejętności przywódczych i negocjacyjnych Słuchaczy poprzez warsztaty i dyskusje prowadzone w trybie stacjonarnym. Program łączy modele teoretyczne z praktycznym zastosowaniem, koncentrując się na zaawansowanych ramach przywództwa, strategiach negocjacyjnych i technikach współpracy, aby skutecznie radzić sobie ze złożonymi wyzwaniami organizacyjnymi.

zapisz się

O czym (nie) mówią ekonomiści. Krytyczne wprowadzenie w historię dyscypliny – kurs stacjonarny

nowy!

mgr Antoni Grześczyk

407 zł/30 h

Zajęcia poświęcone są rozwojowi ekonomii jako dziedziny wiedzy specyficznej dla nowożytności. Program obejmuje kluczowe przełomy w teorii, m.in. pojawienie się marginalizmu, keynesizmu i nowego liberalizmu. Będziemy rekonstruować zarówno społeczne źródła, jak i polityczne konsekwencje kolejnych doktryn. Przyjrzymy się także konsekwencjom zmian w metodologii ekonomii (m.in. Methodensreit, zwrot formalistyczny) na sposób widzenia świata przez ekonomistów i – w konsekwencji – politycznych decydentów. Celem kursu jest ułatwienie Słuchaczom zrozumienia, jak dawne i współczesne teorie ekonomiczne opisują rzeczywistość i jakie spory kryją się za pozornie technicznym, branżowym żargonem.

zapisz się

Podstawy inwestowania dla wszystkich – kurs stacjonarny

nowy!

mgr Mikołaj Rogalewicz

407 zł/30 h

Podczas zajęć Słuchacze zostaną zapoznani z podstawowymi aspektami systemu finansowego oraz wprowadzeni do tematyki inwestowania. Na kursie zostaną omówione poszczególne instytucje finansowe oraz ich rola w systemie finansowym. Słuchacze zostaną zapoznani z poszczególnymi segmentami rynku finansowego, takimi jak:

- rynek depozytowo-kredytowy,
- rynek pieniężny,
- rynek kapitałowy,
- rynek walutowy,
- rynek instrumentów pochodnych.

Podczas zajęć przedstawione zostaną także metody analizowania sytuacji na rynku finansowym oraz budowania portfela inwestycyjnego. Omówione zostaną również psychologiczne aspekty inwestowania oraz rola nowych technologii na rynku finansowym. Przedstawione zostaną także możliwe oszustwa i nadużycia na rynku finansowym.

zapisz się

Protokół dyplomatyczny dla wtajemniczonych – kurs stacjonarny

dr hab. Dobromir Dziewulak, prof. ucz.

407 zł/30 h

Kurs wyłącznie dla Słuchaczy, którzy ukończyli kurs „Protokół dyplomatyczny”. Rozszerza i utrwala zdobytą wiedzę poprzez praktyczne rozwiązywanie problemów i realizację szczegółowych zadań protokolarnych wykonywanych przez samych Słuchaczy. Wśród zagadnień pojawiają się m.in. organizacja spotkań, konferencji, seminariów, wizyt; organizacja przyjęć; organizacja uroczystości specjalnych; protokół dyplomatyczny w innych obszarach kulturowych.

NAUKA I ŚRODOWISKO

KURSY ONLINE

zapisz się

Big Data – Praktyczne Wprowadzenie w Pythonie – kurs online

mgr Marcin Wierzbński

965 zł/40 h

W trakcie kursu Słuchacze nauczą się efektywnie zarządzać dużymi zbiorami danych za pomocą narzędzi, takich jak Apache Spark, Apache Kafka, Google BigQuery, Dask i Ray. Poznają podstawy współbieżności i równoległości, przetwarzania wsadowego oraz strumieniowego. Program kursu obejmuje praktyczne ćwiczenia z równoległego przetwarzania zapytań w BigQuery, współbieżności w Pythonie (asyncio, aiohttp), przetwarzania w Dask i Spark, a także strumieniowania danych z Kafki. Kurs kończy się budową pipeline'u Big Data i optymalizacją wydajności.

zapisz się

Dieta i styl życia a zdrowie psychiczne – kurs online

nowy!

dr n. med. i n. o zdr. Aneta Jachnis-Morzy

298 zł/22 h

Kurs składa się z kilku modułów, umożliwiających przekazanie Słuchaczom elementarnych informacji, dotyczących źródła i znaczenia poszczególnych składników pokarmowych w odniesieniu do zdrowia psychicznego człowieka. Zajęcia zawierają także skondensowane informacje o pozostałych czynnikach, mających wpływ na samopoczucie, m.in.: wpływ aktywności fizycznej, snu, używek, nieprawidłowego przechowywania, czy przygotowywania potraw, w tym substancji szkodliwych, które zagrażają zdrowiu psychicznemu. Wykładowca przybliży Słuchaczom związek pomiędzy kondycją jelit a funkcjonowaniem mózgu, wyjaśniając rolę probiotyków i suplementów w profilaktyce i leczeniu chorób psychicznych. Zajęcia pomogą zrozumieć wpływ stresu na nasz umysł. Na koniec kursu Słuchacze wspólnie z Wykładowcą spróbują stworzyć zalecenia, które pozwolą im wprowadzić zdrowe nawyki do życia codziennego, a tym samym także poprawić nastrój.

zapisz się

Diety odchudzające – prawdy i mity – kurs online

dr n. med. i n. o zdr. Aleksandra Kozłowska

326 zł/24 h

Kurs ma na celu pogłębienie wiedzy na temat odchudzania i wpływu diet na zdrowie. Słuchacze poznają definicje oraz klasyfikacje otyłości, a także dane epidemiologiczne i wytyczne dotyczące jej leczenia. Kurs skupia się na poznaniu zasad żywienia w kontekście profilaktyki przewlekłych chorób niezakaźnych oraz skutecznych strategii planowania diety redukcyjnej. Słuchacze zdobędą wiedzę na temat substancji modyfikujących apetyt, ich wpływu na organizm oraz znaczenia aktywności fizycznej w procesie odchudzania. Ponadto, kurs demaskuje popularne mity dotyczące diet oraz podkreśla rolę współpracy między dietetykiem a lekarzem w zarządzaniu zdrowiem pacjentów. Kurs pozwala zrozumieć zarówno naukowe podstawy odchudzania, jak i praktyczne aspekty zdrowego stylu życia.

[zapisz się](#)

Holistyczna droga do zdrowia: ciało, umysł, duch – kurs online

[nowy!](#)

mgr Maria Wasylkowska

407 zł/30 h

Kurs rozpocznie się od wyjaśnienia, czym jest holistyczne zdrowie i jakie są jego kluczowe założenia. Następnie Słuchacze dowiedzą się, jak wspierać swoje ciało. Kolejnym poruszonym aspektem będzie psychika i emocje jako fundament dobrego samopoczucia – Słuchacze poznają sposoby radzenia sobie ze stresem oraz techniki pracy z myślami i emocjami. W dalszej części kursu omówiona zostanie rola świadomości i duchowości w kształtowaniu zdrowia, a także wpływ wartości i przekonań na codzienne wybory. Słuchacze przyjrzą się również znaczeniu relacji społecznych dla dobrostanu. Na zakończenie kursu omówiony zostanie wpływ środowiska na zdrowie, a Słuchacze podsumują zdobytą wiedzę, finalizując swój Indywidualny Plan Zmian.

[zapisz się](#)

Istotność statystyczna: mity i fakty – kurs online

dr Tomasz Wyszomirski

271 zł/20 h

Centralnym tematem kursu są problemy stwarzane przez testy statystyczne – metody wnioskowania statystycznego powszechnie stosowane w praktyce badawczej, a jednocześnie bardzo często błędnie interpretowane. Głównym celem zajęć jest ujawnienie mitów dotyczących istotności statystycznej i pokazanie, co ona (lub jej brak) może, a czego nie może oznaczać w przypadku różnych badań naukowych. Kurs dostarcza wiedzy o podstawowych ideach metod wnioskowania statystycznego, praktyce ich stosowania, ograniczeniach i kontrowersjach oraz pokazuje testowanie istotności na tle szerszego spojrzenia na niepewności statystyczne.

[zapisz się](#)

Jeszcze więcej o żywności i prawidłowym żywieniu – kurs online

dr n. med. i n. o zdr. Aneta Jachnis-Morzy

407 zł/30 h

Kurs opiera się na pozyskaniu umiejętności przez Słuchacza w zakresie identyfikacji źródeł zanieczyszczeń i antyodżywczych składników w diecie. Przedstawione zostaną porady szybkiego i zdrowego przygotowywania potraw i pomysły na ciekawe przekąski. Kurs ułatwia dokonanie zdrowych wyborów konsumenckich oraz przygotowywania jedzenia w sposób jak najbardziej korzystny dla zdrowia. Tematy, takie jak: wpływ grillowania na jakość pożywienia, prawidłowe przechowywanie pokarmów, dioksyny w żywności z pewnością będą interesujące dla każdego, kto interesuje się zdrową dietą i stylem życia.

zapisz się

Pasożyty na wakacjach: kurs parazytologii tropikalnej dla każdego – kurs online

dr Mohammed Alsarraf, dr Dorota Dwużnik-Szarek

407 zł/30 h

Kurs ma na celu poszerzenie wiedzy o pasożytach, wirusach oraz innych patogenach, które podróżni mogą napotkać w odległych regionach świata. Przedstawia zagrożenia związane z różnymi drogami zakażenia, m.in. poprzez ukąszenia owadów (np. komary), kontakt z zanieczyszczoną wodą, glebą czy żywnością (nicians, tasiemce i pierwotniaki). Wykłady obejmują również patogeny przenoszone przez ślimaki czy kleszcze. Kurs omawia diagnostykę i profilaktykę chorób wywoływanych przez niebezpieczne pasożyty m.in. malarii, leishmaniozy, śloniowaczyny, ślepoty rzecznej. Słuchacze zdobędą praktyczne informacje o ochronie zdrowia podczas wyjazdów w regiony endemiczne dla parazytoz tropikalnych, ze szczególnym uwzględnieniem chorób z grupy *Neglected Tropical Diseases*.

zapisz się

Podstawy uczenia maszynowego w Pythonie – kurs online

mgr Marcin Wierzbński

965 zł/40 h

Wprowadzenie do Pythona i podstawowych bibliotek tego języka używanych w uczeniu maszynowym. Wprowadzenie do podstawowych pojęć statystyki ze wspomaganiami komputerowymi. Obróbka danych i użycie odpowiedniego narzędzia w celu analizy. Prognozowanie danych z wykorzystaniem Pythona i środowiska colab. Wprowadzenie do uczenia maszynowego i rozumienie pojęcia sieci neuronowej.

zapisz się

Statystyczna analiza danych w Pythonie – kurs online

mgr Marcin Wierzbński

965 zł/40 h

Program kursu obejmuje:

1. Streszczenia danych z nauką o miarach położenia i rozrzutu, boxploty, miary bliskości i zależności między cechami.
2. Estymacja gęstości z histogramami i estymatorami jądrowymi.
3. Redukcja wymiaru cech przez analizę składowych głównych i skalowanie wielowymiarowe.
4. Klasteryzacja z metodami relokacyjnymi i hierarchicznymi.
5. Obsługa obserwacji odstających i brakujących danych.
6. Predykcja i klasyfikacja z regresją, metoda k-najbliższych sąsiadów i ocena błędów predykcji.

zapisz się

Umysł zależny od mózgu, czyli jak jest zbudowany i jak działa mózg – kurs online

mgr Daniel Jerzy Żyżniewski

488 zł/36 h

Jest to kurs o tym, czym jest i jak funkcjonuje nasz mózg. Słuchacze dowiedzą się, jak w świetle najnowszej wiedzy mózg tworzy umysł. Zarysowane zostaną podstawowe metody badania mózgu. Kurs podejmie wątek związku między mózgiem, umysłem a zachowaniem. Słuchacze dowiedzą się, czym są funkcje poznawcze – np. wzrokowo-przestrzenne, uwaga, pamięć, mowa, myślenie, rozwiązywanie problemów – i jak mózg doświadcza emocji. Zasygnalizowany zostanie związek między doświadczaniem stresu a anatomią mózgu.

zapisz się

Żywność w sporcie. Kompleksowe podejście do wydolności i zdrowia – kurs online

dr n. med. i n. o zdr. Aleksandra Kozłowska

271 zł/20 h

Kurs pozwala zdobyć wiedzę na temat roli żywienia w wysiłku fizycznym. Program obejmuje zagadnienia dotyczące źródeł energii niezbędnych podczas aktywności fizycznej, takich jak: węglowodany, tłuszcze i białka, oraz ich funkcji w diecie osób trenujących. Omówione zostaną również praktyczne i kliniczne aspekty, jak np. wpływ cukrzycy typu 1. na sport czy skuteczne strategie żywieniowe podczas intensywnych treningów i zawodów. Szczególną uwagę poświęca się znaczeniu nawodnienia, suplementów oraz witamin i składników mineralnych, a także potencjalnym zagrożeniom, takim jak hiponatremia czy biegunka podróżnych. Na kursie poruszane są także tematy związane z oceną stanu odżywienia sportowców, bilansu energetycznego oraz klinicznych problemów, jak: przetrenowanie czy *Athletic Amenorrhea*. Na koniec kursu zostanie podkreślone znaczenie aktywności fizycznej na różnych etapach życia, omawiając zalecenia WHO oraz jej rolę w profilaktyce chorób przewlekłych. Program łączy teorię z praktycznymi wskazówkami dotyczącymi zdrowego stylu życia.

zapisz się

Żywność XXI wieku – żywi czy zabija – kurs online

dr n. med. i n. o zdr. Aneta Jachnis-Morzy

407 zł/30 h

Kurs jest przeznaczony dla Słuchaczy zainteresowanych zdrowym żywieniem, którzy chcą pogłębić swoją wiedzę w tym zakresie. Zachęcam do udziału w pierwszej kolejności w kursie: „Podstawy żywienia” – który zawiera elementy anatomii i fizjologii – co z pewnością ułatwia zrozumienie treści oraz poszerzy wiedzę. Ukończenie kursu „Podstawy żywienia” w pierwszej kolejności nie jest jednak wymagane. Główne zagadnienia kursu skupiają się na profilaktycznej roli prawidłowego odżywiania i istotnej roli składników o efektach prozdrowotnych. Poruszane zostaną tematy wpływu diety na występowanie chorób nowotworowych i degeneracyjnych oraz zastosowanie diety *antyinging*.

NAUKA I ŚRODOWISKO

KURSY STACJONARNE

zapisz się

Chemia wokół nas – zajęcia laboratoryjne o niezwyklej wodzie i roztworach wodnych – kurs stacjonarny nowy!

dr Anna Makowska, dr Agnieszka Siporska

800 zł/20 h

Jak wiele niezwykłych właściwości charakteryzuje wodę i roztwory wodne? Jak wiele jest różnorodnych rodzajów wód? Kurs ten pozwoli samodzielnie odkryć (eksperymentalnie) ogrom tajemnic wody i jej roztworów. Kurs dedykowany jest pasjonatom eksperymentowania.

zapisz się

Ptaki i fascynujące tajemnice ich życia – kurs stacjonarny

dr hab. Alicja Gryczyńska, dr Danuta Jędraszko-Dąbrowska

521 zł/30 h

1. Przegląd ptaków Polski. Wygląd, środowisko życia. Rozpoznawanie ptaków.
2. Różnorodność wyglądu i budowy ptaków. Funkcjonowanie różnych zmysłów.
3. Adaptacje ptaków do środowiska i trybu życia. Przystosowania w budowie dzioba, nóg, skrzydeł. Identyfikacja okazów ptaków przy pomocy atlasów.
4. Migracje ptaków. Trasy wędrówek. Zagrożenia w trakcie przelotów. Gatunki osiadłe, koczujące, migrujące.
5. Okres lęgowy u ptaków. Rodzaje gniazd, opieka nad potomstwem, pasożytnictwo lęgowe. Identyfikacja gniazd i jaj ptasich.
6. Życie w środowisku miejskim. Korzyści i zagrożenia.
7. Sposoby pomagania ptakom. Budki, karmniki, dokarmianie, ratowanie piskląt.

Wycieczki w teren:

1. Park Łazienkowski + Muzeum Łowiectwa i Jeździectwa – **12.04.2025 r. (sobota)**.
2. Rezerwat „Stawy Raszyńskie” – **17.05.2025 r. (sobota)**.

Na wycieczkach trasa do przejścia wynosi około 5 km. Słuchacze samodzielnie dojeżdżają na miejsca spotkań. Koszt biletów do Muzeum Łowiectwa i Jeździectwa Słuchacze ponoszą sami.

zapisz się

Współczesne praktyki zielarskie. Relacje ludzi i roślin – kurs stacjonarny nowy!

mgr Julia Krupa

271 zł/20 h

Program zajęć obejmuje różnorodne aspekty związane z zielarstwem oraz relacjami między człowiekiem a roślinami. Rozpoczyna się spotkaniem zapoznawczym i spacerem, podczas którego Słuchacze poznają wybrane rośliny. Następnie pracują nad tworzeniem zielnika, zgłębiając zarówno jego artystyczną, jak i botaniczną formę. Kolejne spotkania poświęcone są postaci zielarki w kontekście historycznym i współczesnym, a także polskim wierzeniom i obrzędom roślinnym, np. świętu Matki Boskiej Zielnej. W ramach zajęć omawiane są także sposoby konserwacji natury w czasie kryzysów ekologicznych oraz nieantropocentryczne relacje z roślinami. Słuchacze wezmą udział w warsztatach poświęconych dzikiej kuchni i zbieractwu jako praktyce kontrkulturowej. Program kończy się podsumowaniem i przeglądem zielników stworzonych przez Słuchaczy.

REKREACJA I HOBBY

KURSY ONLINE

zapisz się

Automasaż – sam możesz rozluźnić swoje ciało – kurs online

dr Anna Kraśkiewicz-Wasiluk

482 zł/30 h

Stres, pośpiech, siedzący tryb życia, nieustanna gonitwa myśli oraz negatywne emocje, których współczesny człowiek doświadcza każdego dnia, w bardzo niekorzystny sposób wpływają na stan psychofizyczny. Z pomocą mogą przyjść automasaż (masaż napiętych mięśni) oraz *stretching* (rozciąganie mięśni przykurczonych). Praktykowanie tych metod nie tylko umożliwia zrelaksowanie ciała, ale również przyspiesza powrót do zdrowia.

Kurs odbywa się na wygodnej w obsłudze i bezpiecznej platformie do kursów online. Na platformie znajdują się nagrania ćwiczeń i wykładów, dzięki czemu każdy Słuchacz może przerabiać materiał kursu w dogodnym dla siebie czasie i miejscu. Podczas kursu będziemy prowadzić dyskusje za pośrednictwem czatu oraz komentarzy do lekcji. Odbędzie się również sesja pytań i odpowiedzi na żywo za pośrednictwem platformy ZOOM.

zapisz się

Exercises, Diet and Sport Supplements – How and Why it Works/Sport, Dieta i Suplementy – Jak i dlaczego działają? – kurs online

dr Ksenia Maximova

407 zł/30 h

PL: W trakcie kursu Słuchacze zrozumieją, jak działa organizm podczas wysiłku fizycznego oraz jaki wpływ na zdrowie ma regularna aktywność fizyczna i uprawianie sportu. Tematy te omówione zostaną od mechanizmów działania pojedynczych komórek po sposób funkcjonowania ciała w całości. Wszystkie skomplikowane procesy biochemiczne zostaną wyjaśnione za pomocą prostych słów i schematów. Głównym celem kursu jest zdobycie przez Słuchaczy wiedzy na temat wpływu pracy fizycznej na funkcjonowanie organizmu człowieka i umiejętność zastosowania wiedzy teoretycznej w praktyce. Chętni będą mieć okazję zastosować zdobytą wiedzę teoretyczną w praktyce, więc proszę być przygotowanym na krótką, kilkusekundową aktywność, np. podskoki, krótkie biegi, wejścia po schodach itp. Kurs prowadzony w języku angielskim.

ENG: In the course you will gain a strong understanding how the body works during exercise, and how sport and physical activity promote health from cellular to whole body perspectives. All sophisticated biochemical processes will be explained by simple words and schemes. The aim of the course is to use the learned knowledge to assist performance enhancement and we will check the theory on the practice, so be prepared to jump and run (optionally). The course will be held in English.

zapisz się

Kurs rysunku i malarstwa: „Jak namalować nastrój II” – kurs online

dr Anna Sieradzka-Kubacka

434 zł/32 h

Podczas kursu Słuchacze będą pracować nad następującymi zagadnieniami:

1. Technika gwaszu – zapoznanie z techniką.
2. Zastosowanie miękkiego światła w malarstwie – na przykładzie obrazów Vermeera.
3. Zastosowanie ostrego światła w malarstwie – na przykładzie obrazów Caravaggia.
4. Kreowanie atmosfery w kompozycji – groza, tajemnica (dla chętnych z wykorzystaniem postaci).
5. Ogrom wielkiego miasta, czyli perspektywa z dwoma punktami zbiegu - rysunek piórkiem lub cienkopisem.
6. Kreowanie atmosfery w kompozycji – pustka.
7. Jak ukazać zjawiska atmosferyczne? – mgła.

zapisz się

Montaż filmowy – podstawy – kurs online

mgr Łukasz Kamiński

814 zł/30 h

W pierwszej części kursu Słuchacze/Słuchaczki otrzymają wiedzę teoretyczną z zakresu podstaw sztuki filmowej i podstaw montażu filmowego oraz obsługi programu do montażu filmowego. Słuchacze/Słuchaczki kursu będą mieć możliwość sprawdzenia w praktyce, jak wygląda i działa program do edycji filmu. Następnie będą mogli/mogły sprawdzić praktyczne zastosowanie programu poprzez realizację zadań ćwiczeniowych. Słuchacze/Słuchaczki będą montować krótkie i proste zadanie montażowe na podstawie gotowych materiałów filmowych. Pod koniec cyklu zajęć zadania będą omawiane grupowo tak, by Słuchacze/Słuchaczki otrzymali/otrzymały informacje zwrotne związane z odbiorem utworów. Ponadto w czasie trwania kursu będziemy oglądać krótkie filmy pod kątem analizy montażowej.

zapisz się

Napisz powieść kryminalną – kurs online

mgr Edyta Pętkowska-Grabowska

339 zł/25 h

Kurs łączy elementy warsztatu i wykładu. Słuchaczki/Słuchacze poznają informacje na temat dziejów i odmian gatunku, jego współczesnej kondycji oraz podstawowej terminologii z nim związanej. Poszerzają też informacje o prekursorach i współczesnych twórcach kryminalów. Zapoznają się wreszcie z przykładami z literatury dawniejszej i najnowszej, a także indywidualnie wykonują ćwiczenia pisarskie, polegające na zapisywaniu własnych pomysłów, scen oraz refleksji na tematy związane z historią, teraźniejszością i tworzeniem powieści kryminalnej.

zapisz się

Rysunek i malarstwo dla początkujących – kurs online

dr Anna Sieradzka-Kubacka

434 zł/32 h

Podczas kursu Słuchacze w sposób praktyczny będą pracować nad następującymi zagadnieniami:

1. Rysunek linearny, walorowy i światłocieniowy.
2. Studium rysunkowe.
3. Kompozycja i kolor w malarstwie.
4. Obraz w kolorach dopełniających.
5. Malarstwo monochromatyczne.
6. Jak uzyskać głębię w obrazie za pomocą koloru?
7. Perspektywa geometryczna.

zapisz się

Świat moimi słowami – pisanie kreatywne – kurs online

mgr Edyta Pętkowska-Grabowska

339 zł/25 h

Wiedza teoretyczna podczas kursu jest przekazywana podczas części wykładowej.

Aby ją przeciwiczyć i utrwalić Słuchacze wykonują ćwiczenia pisarskie, polegające na zapisywaniu własnych pomysłów i refleksji, pisaniu scen.

REKREACJA I HOBBY

KURSY STACJONARNE

zapisz się

Artystyczna kreatywność dla każdego – kurs stacjonarny

mgr Alicja Łukomska

407 zł/30 h

W dzisiejszym świecie naturalna kreatywność człowieka jest często tłumiona lub wręcz zabijana przez wdrażanie od najmłodszych lat w określone z góry schematy i role życiowe. Kurs ma charakter uniwersalny i jest skierowany do wszystkich zainteresowanych Słuchaczy, niezależnie od tego, czy pragną się rozwijać artystycznie, czy tylko pobudzić swoją kreatywność, a przez to w pełni wykorzystać swój potencjał twórczy. Podczas kursu Słuchacze dowiedzą się, czym są kreatywne osobowości i kreatywne nauczanie, nauczą się pracować nad rolą i tekstem, będą też wykonywać ćwiczenia pobudzające kreatywność. Słuchacze kursu poznają rodzaje muzyki wspierającej kreatywność oraz nauczą się radzić sobie z krytyką i ze stresem podczas występów publicznych, scenicznych.

zapisz się

Brydż Sportowy – dla początkujących – kurs stacjonarny przyspieszony

Piotr Dybicz

543 zł/40 h

Zajęcia są przeznaczone dla Słuchaczy, którzy nie mieli styczności z brydżem oraz dla amatorów, chcących poprawić swoje umiejętności. Główny nacisk na zajęciach będzie skierowany na nauczanie poprawnego rozumowania, dlatego do minimum ograniczona zostanie praca pamięciowa. Na zajęciach używany będzie najnowocześniejszy sprzęt: stoliki z przesłonami, pudełka licytacyjne, kodowane karty symetryczne, pokazy multimedialne, urządzenia *bridge made II* i robot do układania kart. Zajęcia prowadzone będą przez głównego trenera sekcji. Sekcja brydża AZS UW jest jedną z najlepszych na świecie, a jej zawodnicy, w wieku od 6 do 83 lat, co roku zdobywają medale na MP, ME, MŚ, reprezentując nasz kraj na wszystkich kontynentach.

zapisz się

Graj! Myśl! Baw się dobrze! Nauka gry w znane i mniej znane gry logiczne! – kurs stacjonarny

Piotr Dybicz

543 zł/40 h

W obecnym świecie w coraz większym stopniu o sukcesie lub porażce decyduje nie siła mięśni, a potęga umysłu. Szybkość i skuteczność rozwiązywania problemów logicznych ułatwia nam zarówno życie codzienne, jak i zawodowe, dlatego też w każdym wieku niezwykle istotny jest trening umysłu. Najlepszą oraz najprzyjemniejszą metodą jest uprawianie gier i sportów umysłowych, które, poza rozwojem intelektualnym, dają możliwość kontaktu z ludźmi, ucą współpracy i zapobiegają wykluczeniu społecznemu. Sporty umysłowe to również świetny most międzypokoleniowy, który przy planszach do gry łączy ludzi młodych i starych. A jak skuteczny jest trening umysłu poprzez sporty umysłowe najlepiej świadczą badania naukowców z Albert Einstein College of Medicine w Nowym Jorku, którzy wyliczyli, że np. brydż aż o 74% redukuje ryzyko zachorowań na Alzheimera i inne choroby demencji starczej.

Warto pomyśleć o tym już teraz, by móc do końca życia cieszyć się zdrowiem psychicznym i sprawnością intelektualną.

zapisz się

Joga dla początkujących – kurs stacjonarny

nowy!

dr Magdalena Kubarek

485 zł/20 h

Kurs adresowany jest głównie do osób początkujących, ale także do tych, które mają już doświadczenie w praktyce jogi. Podczas kursu zostanie przekazana teoretyczna i praktyczna wiedza na temat bezpiecznego i samodzielnego wykonywania pozycji jogi (asan). Program kursu koncentruje się na stopniowym poznawaniu poszczególnych asan oraz opanowaniu techniki poprawnego wchodzenia, trwania i wychodzenia z pozycji. Ważnym elementem szkolenia jest także poznanie podstawowych technik oddechowych i relaksacyjnych. Słuchacze zyskują świadomość właściwego ułożenia ciała oraz wykonywania ruchu w trzech płaszczyznach. Wykorzystywane są pomoce, które mają służyć modyfikowaniu poszczególnych asan, zgodnie z potrzebami Słuchaczy.

[zapisz się](#)

O sztuce mowy. Dykcja i emisja głosu – kurs stacjonarny

mgr Magdalena Kaczmarek

669 zł/30 h

Sluchacz kursu otrzyma praktyczne ćwiczenia usprawniające i rozwijające aparat mowy, głos, wymowę, sposób mówienia, zmierzające do lepszego odbioru Sluchacza na płaszczyźnie zawodowej i prywatnej. Sluchacze proszeni są o przyniesienie wygodnego stroju i maty lub koca (nieforsujące ćwiczenia w poziomie, pozwalające na uświadomienie sobie prawidłowego toru oddechowego) oraz małego lusterka.

[zapisz się](#)

„Pisanka i nie tylko”. Kurs ukraińskiej sztuki użytkowej – kurs stacjonarny [nowy!](#)

doc. dr Olena Denysevych

271 zł/20 h

Kurs skierowany jest do Sluchaczy, którzy szukają nowego hobby i marzą, aby tworzyć piękne własne wyroby. Podczas kursu poznają świat głębokiej tradycji tworzenia pisanek i innych rękodzieł. Zajęcia mają charakter relaksacyjny, gdzie jednocześnie Sluchacze zdobędą dużo nowych umiejętności artystycznych.

[zapisz się](#)

Podróż bohatera – sztuka tworzenia opowieści – kurs stacjonarny [nowy!](#)

dr Magdalena Ukrainets

407 zł/30 h

Kurs opiera się na modelu podróży bohatera, inspirowanym mitami i literaturą, który prowadzi Sluchaczy przez kluczowe etapy tworzenia opowieści. Od zwyczajnego świata po powrót z eliksirem, zajęcia skupiają się na budowaniu postaci, kreowaniu konfliktów i rozwiązywaniu ich w ramach spójnej narracji. Sluchacze odkrywają, jak bohater mierzy się z wyzwaniami, przechodzi przemiany i zdobywa nagrodę, która odmienia nie tylko jego życie, lecz także otaczający świat. Program łączy teorię z praktycznymi ćwiczeniami, oferując narzędzia do tworzenia własnych historii i rozwijania warsztatu pisarskiego.

[zapisz się](#)

Podstawy stretchingu w teorii i praktyce – kurs stacjonarny [nowy!](#)

mgr Katarzyna Koćmierowska

570 zł/20 h

Kurs składa się z ćwiczeń mających na celu poprawę elastyczności ciała, ogólnej sprawności fizycznej i samopoczucia. W trakcie kursu Sluchacze dowiedzą się, jak rozciągać się skutecznie i w bezpieczny sposób.

zapisz się

Rysuj z architektem – podstawy rysunku odręcznego – kurs stacjonarny

dr inż. arch. Monika Pękalska

1158 zł/40 h

Sluchacze kursu uczą się podstaw rysunku odręcznego, wykonując coraz bardziej zaawansowane ćwiczenia rysunkowe. Od konstrukcji podstawowych brył geometrycznych do tworzenia bardziej skomplikowanych form przestrzennych. Orientacyjny zakres tematyczny kursu: podstawy perspektywy, zasady kompozycji, martwa natura, wnętrza architektoniczne, krajobraz miejski, zieleń. Kurs jest przeznaczony dla Słuchaczy o różnym poziomie zaawansowania.

zapisz się

Samoobrona dla kobiet i mężczyzn – najlepszą obroną jest atak! – kurs stacjonarny

mgr Roman Kwaterski

725 zł/40 h

Celem kursu jest wyćwiczenie technik obronnych niezbędnych w sytuacji zagrożenia. Te sytuacje najczęściej przychodzą nagle i niespodziewanie. Chodzi o to, żeby wtedy nie ulec panice, lecz podjąć właściwą decyzję. Nawet znacznie słabszy może pokonać silniejszego, dzięki użyciu właściwej techniki obronnej w myśl zasady: **najlepszą obroną jest atak!**

Z pomocą przyjdą nam wybrane elementy technik ze sztuk walki, takich jak: judo, ju-jitsu, kravmaga, karate, boks, które będą nauczane na tym kursie. Trenując je, poprawimy także swoją kondycję fizyczną. Słuchacze przyswoją sobie również w stopniu podstawowym sztukę padania. Jest ona niezwykle utylitarna, gdyż może przyjsć z pomocą w wielu innych sytuacjach życiowych, jak chociażby upadek z roweru, na nartach, ze schodów etc.

zapisz się

Scena dla każdego – warsztaty teatralne – kurs stacjonarny

mgr Magdalena Kaczmarek

669 zł/30 h

Warsztaty teatralne są skierowane do wszystkich Słuchaczy, którzy chcą nabrać większej świadomości siebie podczas występów. Odbywa się to poprzez poznanie technik pracy aktora i pogłębienie swoich umiejętności teatralnych. Słuchacze poznają metody tworzenia roli. Praca nad fragmentami ze sztuk pozwala im na naukę partnerowania i zasad pracy na scenie, a także rozwija wyobraźnię, uczy improwizacji, zwiększa kreatywność.

Słuchacze proszeni są o zaprezentowanie z pamięci na pierwszym spotkaniu fragmentu prozy (najlepiej pisanej w pierwszej osobie), który trwa ok. 2-3 minuty.

zapisz się

Ukulele: nauka gry na instrumencie – poziom pierwszy – kurs stacjonarny

mgr Marzena Wasil

724 zł/30 h

Kurs dedykowany Słuchaczom, którzy pragną nauczyć się grać na ukulele, miło i efektywnie spędzić czas na wspólnym muzykowaniu. Słuchacz pozna podstawowe akordy i nauczy się aranżować piosenki z towarzyszeniem ukulele. Zdobędzie umiejętność odczytywania zapisu akordów w tekstach piosenek oraz umiejętność interpretacji znaków muzycznych w tabulaturach.

Ważne: od Słuchaczy wymagane jest posiadanie własnego instrumentu w rozmiarze do wyboru: ukulele sopranowe, koncertowe lub tenorowe. Nie jest wymagane natomiast przygotowanie muzyczne.

zapisz się

Uważność w przyrodzie – nature journaling – kurs stacjonarny

nowy!

dr Monika Klejman

434 zł/20 h

Kurs umożliwia zdobycie umiejętności prowadzenia dziennika przyrodniczego (*nature journaling*). Słuchacze będą mieli okazję zanurzyć się w przyrodzie, aby uważnie się jej przyglądać i zapisywać lub rysować swoje obserwacje. Spotkania będą odbywać się w formie stacjonarnej, w terenie, w parku lub w sali, gdzie realizowane będą różnorodne zadania i aktywności, które pozwolą pogłębić wiedzę przyrodniczą, spostrzegawczość, rozwinąć kreatywność i rozbudzić ciekawość. Przebywanie w otoczeniu przyrody będzie także formą relaksu i odprężenia, stworzy przestrzeń do zachwycania się pięknem przyrody, kształtując postawę troski i odpowiedzialności za przyrodę. Kurs skierowany jest do wszystkich zainteresowanych Słuchaczy i nie jest wymagana wiedza przyrodnicza ani zdolności plastyczne.

zapisz się

Ze śpiewem przez życie – od prawidłowej wymowy do pięknego śpiewu – kurs stacjonarny

mgr Alicja Łukomska

407 zł/30 h

Program kursu ma za zadanie przeprowadzić Słuchacza przez cały proces pracy twórczej nad utworem, od dobrej dykcji, przez prawidłowy oddech, znajomość linii melodycznej utworu, po jego pełną interpretację. Słuchacz będzie wykonywać praktyczne ćwiczenia z dykcji, pracy nad oddechem oraz ćwiczenia wokalne pozwalające w przyszłości na samodzielną pracę nad utworem wokalnym od początku do końca.

UCZ SIĘ OD NAJLEPSZYCH KURSY ONLINE

zapisz się

Marzyciele, wizjonerzy, podróżnicy. O mobilności przez wieki – kurs online

nowy!

dr Jolanta Korycka-Skorupa

407 zł/30 h

Zapraszamy na kurs, który zabierze Państwa w fascynującą podróż przez historię mobilności człowieka. Od starożytnych marzycieli i odkrywców po wizjonerów planujących loty w kosmos. Omówimy przełomowe wynalazki, które ułatwiły i znacząco przyspieszyły podróże na duże odległości. Przyjrzymy się motywacjom i potrzebom ludzi, którzy postanowili opuścić dom i udać się w drogę. Zastanowimy się, jak dawna i współczesna mobilność wpływa na nasz świat i na nasze życie.

zapisz się

Podróż w różnorodność – 10 wykładów o Afryce – kurs online

nowy!

dr Zuzanna Augustyniak; dr Sabina Brakoniecka;

dr hab. Renata Diaz-Szmidt; dr Marcin Krawczuk; dr hab. Wiesław Lizak;

dr hab. Marek Pawełczak prof. ucz.; prof. dr hab. Nina Pawlak;

dr Izabela Romańczuk; dr hab. Hanna Rubinkowska-Anioł prof. UW

407 zł/30 h

Afryka to kontynent różnorodny, pełen sprzeczności i niezrozumiałych zjawisk dla reszty świata. Ten kontynent, jak żaden inny, został ciężko doświadczony przez historię. Niewolnictwo, wojny, głód to tylko niektóre z wielu klęsk, których doświadczyła i wciąż doświadcza Afryka. Z drugiej strony to kontynent, który przyciąga bogactwem przyrody, zróżnicowaną kulturą, ogromnym potencjałem gospodarczym i społecznym. W trakcie 10 spotkań, wraz z ekspertami w swoich dziedzinach, będziemy ją zgłębiać i starać się ją poznać. Dowiemy się, jak język pozwala na poznanie historii oraz na zrozumienie zjawisk współczesnych w Afryce. Zobaczymy rytualne tańce i tradycyjne elementy sztuki afrykańskiej. Poruszymy również inne ważne tematy, jak kolonializm, aby przekonać się, jaki wpływ wywarł i wywiera po dziś dzień na tę część świata.