

MATEUSZ MASTALERZ

/PORTFOLIO/

/WNĘTRZA/

(sklep internetowy - nacisk na słowa kluczowe)

Lampa wisząca LED Andromeda – Twoje wnętrze z kosmicznym charakterem

Przybywa z innej galaktyki. Ta nowoczesna lampa sprawi, że zobaczysz swoje wnętrze w zupełnie innym świetle. Klasyczne nabierze rysu współczesnego designu, a to nietradycyjne stanie się jeszcze bardziej na czasie. Pozwól sobie na odrobinę kosmosu z blaskiem lampy w nowoczesnej oprawie.

Andromeda cechuje się energooszczędnością oraz wysokim natężeniem światła. Elegancji dodaje jej czarne wykończenie, a kształt jest nowoczesny, ale i uniwersalny. Długość tej lampy z aluminium to 120 cm i jeśli umieścisz ją nad stołem, będzie idealnie oświetlony. 50 cm szerokości sprawia, że oprawa nie zdominuje wnętrza.

Lampa wisząca LED Andromeda pasować będzie doskonale do ścian i mebli o różnorodnej kolorystyce lub podkreśli styl białego wnętrza. Przyciągnie uwagę Twoich gości wyrazistym charakterem i doda mu elegancji. Jednocześnie nie będzie jedyną „gwiazdą wieczoru”, pozwalając cieszyć oko pozostałymi elementami wystroju pomieszczenia.

Lampa wisząca Azahar - kryształowe światło w Twoim domu

Nadaj swojemu wnętrzu blask z kryształami lampy LED. Doskonale sprawdzi się ona w każdym wystroju, zwracając uwagę swoim unikalnym designem. Zapewni Ci przy tym jasne oświetlenie pomieszczenia, wyjątkowe dzięki udekorowanym kryształami diodom. Ta dekoracyjna lampa nada wnętrzu rys ponadczasowej elegancji.

Azahar, znaczy „kwiat pomarańczy” i ta klasyczna lampa podobnie jak kwiat przyciąga uwagę swoim wyglądem. Jeśli Twoje wnętrze urządzone jest ciemnymi meblami stanie się dla nich doskonałym kontrastem. Przy meblach jasnych będzie się z nimi świetnie komponować, podkreślając światło pomieszczenia. Lampa Azahar wydobędzie każdy kolor ścian niebanalnym oświetleniem.

Lampa wyposażona jest w sześć dekoracyjnych diod LED. Materiały, z których jest wykonana to metal i kryształ. Na miniaturowych kryształkach załamuje się światło, dając efekt rozproszonego blasku. Ma średnicę 45 cm i wysokość 120 cm. Ta lampa wisząca doskonale oświetli każde pomieszczenie dzięki mocy 40 W.

Udekoruj swój dom kryształowym kwiatem pomarańczy!

dla Semahead

/BUDOWNICTWO/

3 powody, dla których „zaprojektuj i wybuduj” działa

Model „zaprojektuj i wybuduj” wciąż jest w Polsce mało popularny, mimo że to optymalny wybór dla małych i średnich inwestycji. Jego przewagi nad tradycyjnym modelem (architekt-projektant-wykonawca) są widoczne na wszystkich etapach przedsięwzięcia, od szkicu po gotowy budynek, zapewniając kontrolę nad czasem i budżetem. Poznaj trzy powody, dla których „zaprojektuj i wybuduj” naprawdę działa!

1. Odpowiedzialność za całą inwestycję

Za całą inwestycję odpowiada jedna firma – jednocześnie biuro projektowe i generalny wykonawca. Dzięki temu unika się typowej dla tradycyjnego modelu „psychologii”, kiedy wykonawcy, odpowiedzialni jedynie za swoje etapy prac, przenoszą odpowiedzialność za niedotrzymanie harmonogramu i przekraczanie budżetu na swoich poprzedników. W modelu „zaprojektuj i wybuduj” inwestor nie usłyszy narzekań na projekt skutkujących ciągłym podnoszeniem kosztów inwestycji

2. Realne projekty

„Zaprojektuj i wybuduj” to projektowanie z myślą o wykonawstwie, z pełną świadomością trudności, które mogą zaistnieć na wszystkich etapach inwestycji. Dzięki temu koncepty mogą być nie tylko oryginalne, ale także racjonalne w sensie wykonawczym. W Bart20 używamy oprogramowania parametrycznego modelowania informacji o budynku (BIM), które pozwala dokonywać skomplikowanych analiz planowanej inwestycji, by wybrać optymalne rozwiązania dla inwestycji. W ten sposób, dzięki technologii oraz doświadczeniu architektonicznemu, jak i wykonawczemu, powstają mądre projekty gotowe do realizacji.

(...)

dla Bart20 sp. kom.

/BIZNES/

Metoda Design Thinking

Metoda Design Thinking (DT) powstała w latach 60. ubiegłego wieku na potrzeby branży kreatywnej. Obecnie zdobywa coraz większą popularność i stosowana jest znacznie szerzej. Dzięki niej osoby i zespoły zyskują nowe narzędzia oraz poszerzają perspektywy.

Design thinking opiera się na czterech zasadach. Pierwszą jest zasada ludzka, wedle której to właśnie człowiek i jego potrzeby powinien być w centrum zainteresowania projektujących. Druga polega na stymulowaniu kreatywności i innowacyjności zespołu poprzez przyjmowanie różnych punktów widzenia i kwestionowanie utartych rozwiązań. Dalej podstawowe jest przeprojektowywanie, czyli analiza stosowanych przez innych wcześniej rozwiązań danego problemu w celu uniknięcia ich powielania. Podczas projektowania niezwykle istotna jest też zasada namacalności, polegająca na tworzeniu prototypów i wizualizacji w celu lepszej komunikacji w zespole.

Czy Design Thinking, mające zastosowania w coraz większej ilości branż może służyć jako narzędzie w procesie coachingu? Zdecydowanie tak, jako metoda oparta na empatii i kreatywności. Pozwala ona na poznanie potrzeb klienta i zaproponowanie rozwiązań znajdujących się poza utartymi schematami. Jak wygląda praca coacha w tej metodzie?

Niezwykle istotny jest wywiad oparty na twórczo skonstruowanych pytaniach mający za zadanie eksplorację wyzwań stojących przed klientem oraz jego celów. Coach jest tu badaczem i uważnym słuchaczem, skoncentrowanym na poznaniu potrzeb osoby szkolonej.

W pracy coach powinien otworzyć się na metody wizualizacyjne oraz ograniczyć obecność suchych wykresów i dokumentów. Wymaga to kreatywności i umiejętności myślenia metaforycznego. Twórczo wykorzystane środki wizualizujące problemy pomagają w uruchomieniu kreatywności i pozostają także w pamięci klienta, wzmacniając efekt coachingu.

Istotna jest koncentracja na samym procesie coachingu, który staje się podróżą dająca szansę na nieprzewidziane zdarzenia. Mniejsza koncentracja na osiągnięciu celu pozwala często klientowi na poznanie swoich prawdziwych pragnień i redefinicję dążeń. Od coacha wymaga to przyjęcia postawy otwartej, swoistego „umysłu dziecka” gotowego na nowe rozwiązania i myślenie out-of-the-box. Podczas generowania rozwiązań ważne jest zaniechanie krytyki nawet tych, które wydadzą się z początku absurdalne. Mogą one okazać się słuszne lub pobudzić kreatywność coacha i klienta tym samym prowadząc do powstania nowych pomysłów.

Metoda design thinking może być dla coacha niezwykle użytecznym narzędziem, jako skoncentrowana na człowieku oraz kreacji. Jej zastosowanie sprzyja lepszemu poznaniu wyzwań, przed jakimi stoją coach i klient oraz odnalezieniu nowych, często niemożliwych do przewidzenia rozwiązań. Warto spróbować odłożenia na bok planów i schematów, by umysł mógł oddać się swobodnej, twórczej ekspresji i uruchomić dociekliwość.

dla CPI Poland

Marka osobista

Nie tylko firmy to marki! Każdy z nas jest marką - ma wyróżniające cechy i mocne strony. Pomagamy je określić.

Branding osobisty wymaga kompetencji psychologicznych i biznesowych. Nasz zespół przeanalizuje sytuację osoby, dzięki czemu buduje markę osobistą, doskonale pasującą do realiów obecnego rynku pracy. Marka ta sprawdzi się w przyszłości, jako zawodowe "ja".

Podczas budowania marki osobistej wykorzystujemy nowoczesne narzędzia. Doskonale znamy social media i inne współczesne kanały komunikacji. Pomagamy zaprezentować się jako osobę nowoczesną i zorientowaną w świecie doby internetu.

Coaching kariery

Coaching kariery pozwala rozpoznać swój potencjał i określić cele. Pozwala to na zdobycie lepiej płatnej pracy, odpowiedniej do potrzeb. Uczy także, jak zaprezentować swoją osobę w procesie rekrutacji. W samej pracy zaś pozwala zdobyć wiedzę, jak się realizować i zredukować stres [przeczytaj na blogu](#).

Dzięki naszym kompetencjom w dziedzinie psychologii biznesu i ludzkiemu, empatycznemu podejściu będziemy dla Ciebie doskonałymi przewodnikami na drodze do udanej kariery. Nasi klienci cieszą się lepszą pozycją zawodową i potrafią łączyć życie zawodowe z prywatnym.

Outplacement

Dokonywanie zwolnień to trudna chwila dla każdej organizacji. Firmom zależy na tym, by pracownicy byli odpowiednio przygotowani do znalezienia nowej pracy. W przypadku większych zwolnień do odpowiedniego przeszkolenia zatrudnionych obowiązuje również prawo.

Pracownik może pozostać ambasadorem firmy nawet w innej pracy. Jeśli pomoże się mu w rozstaniu z organizacją, zachowa on o niej dobre wspomnienia i będzie polecał ją innym. Można zadbać o przyszłość swoich pracowników, nawet jeśli trzeba dokonać zwolnień.

Przeprowadzamy w firmach proces outplacementu zgodnie z wymogami prawa. Przygotowujemy pracowników do udanego startu na nowej drodze zawodowej. Zapewniamy im narzędzia i umiejętności oraz dbamy o ich motywację dla zdobycia nowej pracy. Uczą się oni na nowo, jak zdobyć posadę i nabywają pewność siebie. Nie są pozostawieni sami sobie.

Executive coaching

Dzięki executive coachingowi menedżerowie:

- stają się bardziej efektywni w pracy oraz lepiej wykorzystują swoje kompetencje
- rozwijają się wewnątrz firmy
- skuteczniej zarządzają zespołem

Przeanalizujemy mocne i słabe strony osób zarządzających oraz uzgodnimy cele oraz priorytety zarówno menedżera, jak i organizacji. Pomożemy menedżerom rozwinąć ich twarde oraz miękkie kompetencje. Nauczą się, jak efektywniej planować i zarządzać produktami czy motywować pracowników.

Pracowaliśmy z menedżerami oraz osobami zarządzającymi wysokiego szczebla organizacji różnych branż i rozmiarów. Firmy niezmiennie odnosiły korzyść z naszej współpracy w postaci zwiększenia produktywności osób poddanych coachingowi. Executive Coaching prowadził również do zwiększenia satysfakcji zarówno menedżerów, jak ich zespołów i pracowników.

dla CPI Poland

/HISTORIA/

Bo szlachcic musi wyglądać! Moda między wschodem a zachodem

Swoboda ubierania się i mnogość stylów są dla nas dzisiaj naturalne. Kiedyś jednak było inaczej - strój wyrażał nie tyle osobowość właściciela ile jego pozycję społeczną i status majątkowy. Widać to na przykładzie odpornej na zmiany mody staropolskiej, która przez długi czas była ściśle związana z przynależnością narodową. Polski styl był przemieszaniem elementów orientalnych, wschodnich z drobnymi naleciałościami odzieży zachodniej. Jego unikalność polegała na charakterystycznym dla Polski staniu w rozkroku między wschodem i zachodem. Ten składający się z kolorowych kontuszy, żupanów i pasów miks był oznaką nie tylko szlachectwa, ale i przywiązania do tradycyjnych wartości, katolicyzmu i „złotej wolności”.

Każdy szlachcic musiał posiadać co najmniej jeden komplet paradnego stroju. Dokumentują je znakomicie pośmiertne spisy ruchomości, gdzie wymieniane są między innymi

pozostawione przez zmarłego elementy garderoby. Praktycznie nie zdarzało się, by odzież w spisie nie było, jako że stanowiła nie tylko oznakę statusu, ale przede wszystkim rzeczą bardzo cenną. Koszta reprezentacyjne szlachcica były wysokie, nie istniała przecież jeszcze produkcja maszynowa umożliwiająca szycie taniej odzieży. Szlachetne tkaniny, podbicia futrem i wyraziste kolory musiały kosztować. Na modzie jednak nie oszczędzano, podobnie jak krzywą szablę polski szlachcic właściwy ubiór po prostu musiał mieć. Spotykamy się z nielicznymi przypadkami „flejtuchów” niedbających o strój, budzili oni jednak powszechne oburzenie, głównie spadkobierców pozostających z pustą szafą (...)

dla niesamowitahistoria.pl

Codziennosc czasów Wielkiej Czystki w ZSRR

Okres Wielkiej Czystki w ZSRR przypada na lata 1934-39. Wtedy to Stalin postanowił krwawo rozprawić się nie tylko z opozycją, ale także ze wszystkimi, którzy byli tą opozycją jedynie w mniemaniu tego żyjącego w poczuciu ciągłego zagrożenia paranoika. Zginęły wtedy miliony ludzi, a jeszcze więcej prześladowano i zesłano. Wśród tych drugich była Nina Ługowska, autorka niezwykłego dokumentu tamtych czasów (Nina Ługowska, *Chcę żyć*, Warszawa 2006). Miał on formę zwykłego, dziewczęcego pamiętnika, niezwykle jednak były jego obserwacje, bardzo dojrzałe i przenikliwe jak na młody wiek autorki. Dzięki tym skonfiskowanym przez NKWD zeszytom możemy poznać codzienność czasów początku Wielkiego Terroru, która kryła się pod zasłoną radzieckiej propagandy.

Nina Ługowska podczas pisania swojego pamiętnika była zwykłą, moskiewską uczennicą. Żyła w rodzinie naznaczonej prześladowaniem ojca, który jak miliony mu podobnych był wcześniej zesłany, a następnie dręczony m.in. zakazami pobytu w Moskwie. Ich dom bywał przeszukiwany, do czego starali się mieć ironiczny stosunek. Był to jednak śmiech przez łzy, w istocie bowiem żyli w ciągłym strachu, drżąc, co służby mogą uznać za zdradę Związku Radzieckiego. Może dlatego też Nina potrafiła się zdystansować wobec wszechobecnej propagandy. Głównym powodem jej postawy była jednak umiejętność obserwacji świata, który nijak miał się do tego kreowanego przez radzieckie środki przekazu, szkołę i wymuszane manifestacje (...)

dla niesamowitahistoria.pl

/NAUKA (dla młodzieży)/

Skąd ten prąd? Poznawanie elektryczności.

Bez niej nie moglibyśmy funkcjonować we współczesnym świecie. Odpowiada za działanie komputerów, telefonów, sprzętu gospodarstwa domowego. Jak właściwie działa elektryczność, od której jesteśmy tak obecnie uzależnieni?

Za elektryczność odpowiedzialne są mikroskopijne cząstki stanowiące składniki atomu – elektrony. Mają one ładunek ujemny. Przemieszczające się przez przewodnik elektrony to znany wszystkim prąd elektryczny. Ruch elektronów powoduje także pole magnetyczne, które decyduje o działaniu urządzeń elektrycznych oraz pola elektryczne.

Elektryczność służy nam także do przesyłania informacji, podobnie jak fale radiowe. Takie jej zastosowanie możemy spotkać w kalkulatorach czy komputerach. Dzięki temu, że wykorzystują one elektrony, mogą być zminiaturyzowane. Na co dzień tego doświadczamy korzystając z laptopów, nowoczesnych telefonów komórkowych czy tabletów. Wszystkie te urządzenia elektroniczne kierują ruchem elektronów (...)

dla blog.edufun.pl

Eksploracja Układu Słonecznego - misje sond kosmicznych

Marzą nam się podróże międzygwiazdne, odkrywanie naszej galaktyki – Drogi Mlecznej, a nawet galaktyk odległych. Kosmos jednak jest tak wielki, że odległości w nim są, właśnie... kosmiczne. W porównaniu do dziesiątek czy setek lat świetlnych, które dzielą nas od wymarzonych celów podróży, w naszym Układzie Słonecznym wszystko znajduje się stosunkowo blisko. Dzięki temu sporo udało nam się na jego temat dowiedzieć podczas podróży międzyplanetarnych.

Załogowe wyprawy na inne planety to przedsięwzięcia niezwykle skomplikowane. Jak dotąd ludzka stopa stanęła jedynie na naszym Księżycu, chociaż od lat planowany jest załogowy lot na Marsa. Mimo że w skali kosmicznej znajduje się on stosunkowo blisko, to jednak misja taka trwałaby lata. Przez ten czas kosmonauci musieliby coś jeść, pić i... w ogóle ze sobą wytrzymać. Jak dotąd przeprowadzane eksperymenty psychologiczne mające na celu zbadanie zachowania małej grupy ludzi w zupełnej izolacji przez długi czas pokazały, że jest to możliwe. Nie były one jednak prowadzone w warunkach stresu i poczucia osamotnienia towarzyszących podróży w przestrzeni kosmicznej.

Na szczęście możemy posługiwać się bezzałogowymi sondami kosmicznymi. Nie narzekają one na nudę i nie potrzebują opieki medycznej, mogąc wędrować przez Wszechświat setki lat. Wykorzystują jako źródło energii panele słoneczne i przesyłają wyniki swoich obserwacji do centrum dowodzenia na Ziemi. Ich zadanie to nie tylko ukazanie nam niezwykłych zdjęć planet czy księżyców – wyposażone są w szereg instrumentów naukowych mających na celu na przykład badanie składu atmosfery obiektu czy jego pola magnetycznego.

dla blog.edufun.pl

/EDUKACJA/

Zostań doktorem sztuk plastycznych w Polsko-Japońskiej Akademii Technik Komputerowych!

Jedna z najlepszych niepublicznych uczelni w Polsce, Polsko-Japońska Akademia Technik Komputerowych otrzymała od Centralnej Komisji do Spraw Stopni i Tytułów Naukowych uprawnienia do nadawania stopnia doktora w dziedzinie sztuk plastycznych. Tym samym uczelnia stała się pierwszą niepubliczną uczelnią, której wydział, tu Wydział Sztuki Nowych Mediów, mogą opuszczać doktorzy.

Nie są to pierwsze uprawnienia doktorskie tej wiodącej szkoły IT. Można było w niej już bronić doktoraty z takich dziedzin jak informatyka i mechanika oraz uzyskać habilitację jako informatyk (...) Zajęcia prowadzi międzynarodowa kadra wybitnych wykładowców. Kurs służy pogłębieniu umiejętności naukowego researchu i przygotowaniu do napisania pracy doktorskiej nie tylko dobrej, ale na światowym poziomie (...)

dla IMedia

Uniwersytet Papieski organizuje warsztaty historyczne

“Historia ma przyszłość” - to tytuł warsztatów e-learningowych dla młodzieży organizowanych przez Uniwersytet Papieski. Mają one na celu pokazać, że powszechne skojarzenia z nauką historii, jako przedzieraniu się przez nudne daty i fakty, jest błędne. Obecnie historia jest bowiem wiedzą niezbędną zarówno twórcom filmów czy gier, jak i projektantom mody. Współczesne metody badawcze wykraczają też daleko poza wertowanie zakurzonych książek, sięgając często po nauki ścisłe i inne, zdawałoby się odległe, dziedziny. Historia przeżywa również renesans zainteresowania wśród osób prywatnych, które opracowują masowo swoje lub zlecone drzewa genealogiczne. To wszystko, ale przede wszystkim fakt, że gruntownie wykształceni humaniści mają dziś duże powodzenie u pracodawców, jest argumentem za zainteresowaniem się warsztatami! (...)

dla IMedia