

# Jak się zebrać do działania?

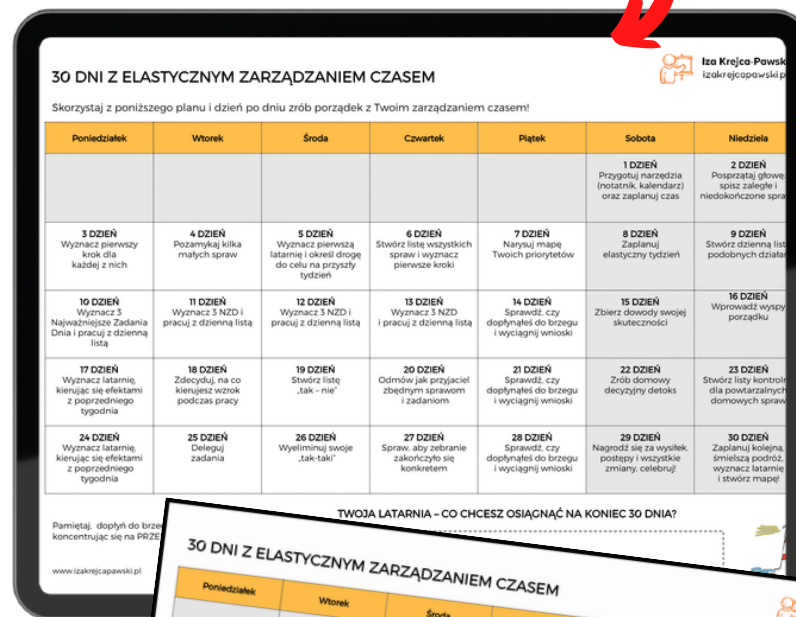
## 30 dniowy plan i planer dla Ciebie



Iza Krejca-Pawski



30 dniowy plan dla Ciebie



Planer 30 dni

## Planer 30 dni z Elastycznym Zarządzaniem Czasem

# 30 DNI Z ELASTYCZNYM ZARZĄDZANIEM CZASEM



Iza Krejca-Pawski  
izakrejcapawski.pl

Skorzystaj z poniższego planu i dzień po dniu zrób porządek z Twoim zarządzaniem czasem!

| Poniedziałek                                                                       | Wtorek                                                           | Środa                                                                                  | Czwartek                                                                 | Piątek                                                                   | Sobota                                                                           | Niedziela                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                    |                                                                  |                                                                                        |                                                                          |                                                                          | <b>1 DZIEŃ</b><br>Przygotuj narzędzia (notatnik, kalendarz) oraz zaplanuj czas   | <b>2 DZIEŃ</b><br>Posprzątaj głowę: spisz zaległe i niedokończone sprawy              |
| <b>3 DZIEŃ</b><br>Wyznacz pierwszy krok dla każdej z nich                          | <b>4 DZIEŃ</b><br>Pozamykaj kilka małych spraw                   | <b>5 DZIEŃ</b><br>Wyznacz pierwszą latarnię i określ drogę do celu na przyszły tydzień | <b>6 DZIEŃ</b><br>Stwórz listę wszystkich spraw i wyznacz pierwsze kroki | <b>7 DZIEŃ</b><br>Narysuj mapę Twoich priorytetów                        | <b>8 DZIEŃ</b><br>Zaplanuj elastyczny tydzień                                    | <b>9 DZIEŃ</b><br>Stwórz dzienną listę podobnych działań                              |
| <b>10 DZIEŃ</b><br>Wyznacz 3 Najważniejsze Zadania Dnia i pracuj z dzienną listą   | <b>11 DZIEŃ</b><br>Wyznacz 3 NZD i pracuj z dzienną listą        | <b>12 DZIEŃ</b><br>Wyznacz 3 NZD i pracuj z dzienną listą                              | <b>13 DZIEŃ</b><br>Wyznacz 3 NZD i pracuj z dzienną listą                | <b>14 DZIEŃ</b><br>Sprawdź, czy dopłynąłeś do brzegu i wyciągnij wnioski | <b>15 DZIEŃ</b><br>Zbierz dowody swojej skuteczności                             | <b>16 DZIEŃ</b><br>Wprowadź wyspy porządku                                            |
| <b>17 DZIEŃ</b><br>Wyznacz latarnię, kierując się efektami z poprzedniego tygodnia | <b>18 DZIEŃ</b><br>Zdecyduj, na co kierujesz wzrok podczas pracy | <b>19 DZIEŃ</b><br>Stwórz listę „tak – nie”                                            | <b>20 DZIEŃ</b><br>Odmów jak przyjaciel zbędnym sprawom i zadaniom       | <b>21 DZIEŃ</b><br>Sprawdź, czy dopłynąłeś do brzegu i wyciągnij wnioski | <b>22 DZIEŃ</b><br>Zrób domowy decyzyjny detoks                                  | <b>23 DZIEŃ</b><br>Stwórz listy kontrolne dla powtarzalnych domowych spraw            |
| <b>24 DZIEŃ</b><br>Wyznacz latarnię, kierując się efektami z poprzedniego tygodnia | <b>25 DZIEŃ</b><br>Deleguj zadania                               | <b>26 DZIEŃ</b><br>Wyliminuj swoje „tak-taki”                                          | <b>27 DZIEŃ</b><br>Spraw, aby zebranie zakończyło się konkretem          | <b>28 DZIEŃ</b><br>Sprawdź, czy dopłynąłeś do brzegu i wyciągnij wnioski | <b>29 DZIEŃ</b><br>Nagrodź się za wysiłek, postępy i wszystkie zmiany, celebryj! | <b>30 DZIEŃ</b><br>Zaplanuj kolejną, śmielszą podróż, wyznacz latarnię i stwórz mapę! |

## TWOJA LATARNIA – CO CHCESZ OSIĄGNAĆ NA KONIEC 30 DNIA?

Pamiętaj, dopłyn do brzegu na koniec każdego tygodnia, koncentrując się na PRZEMYŚLANYM DZIAŁANIU!



# 30 DNI Z ELASTYCZNYM ZARZĄDZANIEM CZASEM



**Iza Krejca-Pawski**  
izakrejcapawski.pl

| Poniedziałek | Wtorek   | Środa    | Czwartek | Piątek   | Sobota   | Niedziela |
|--------------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|
|              |          |          |          |          | 1 DZIEŃ  | 2 DZIEŃ   |
| 3 DZIEŃ      | 4 DZIEŃ  | 5 DZIEŃ  | 6 DZIEŃ  | 7 DZIEŃ  | 8 DZIEŃ  | 9 DZIEŃ   |
| 10 DZIEŃ     | 11 DZIEŃ | 12 DZIEŃ | 13 DZIEŃ | 14 DZIEŃ | 15 DZIEŃ | 16 DZIEŃ  |
| 17 DZIEŃ     | 18 DZIEŃ | 19 DZIEŃ | 20 DZIEŃ | 21 DZIEŃ | 22 DZIEŃ | 23 DZIEŃ  |
| 24 DZIEŃ     | 25 DZIEŃ | 26 DZIEŃ | 27 DZIEŃ | 28 DZIEŃ | 29 DZIEŃ | 30 DZIEŃ  |

## TWOJA LATARNIA – CO CHCESZ OSIĄGNAĆ NA KONIEC 30 DNIA?

Pamiętaj, dopuń do brzegu na koniec każdego tygodnia, koncentrując się na PRZEMYŚLANYM DZIAŁANIU!

[www.izakrejcapawski.pl](http://www.izakrejcapawski.pl)

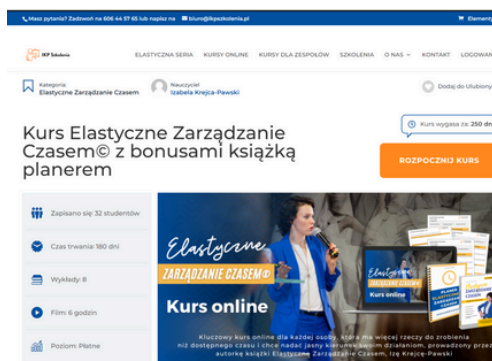
[facebook.com/izakrejcapawski](https://facebook.com/izakrejcapawski)



# KURS ONLINE

## ELASTYCZNE ZARZĄDZANIE CZASEM® Z WARSZTATAMI ONLINE NA ŻYWO

Zobacz kurs online



**PLANUJ ELASTYCZNIE!**  
Planer to zestaw 12 narzędzi  
do planowania.

Zobacz Planer



Książka dla zapracowanych  
**"ELASTYCZNE ZARZĄDZANIE CZASEM"**  
Poznaj Elastyczne Zarządzanie Czasem  
dla aktywnych i zapracowanych!

Zobacz Książkę

**KURS ZAWIERA TAKŻE PLANER I KSIĄŻKĘ\***  
KSIĄŻKĘ I PLANER MOŻESZ KUPIĆ TEŻ ODDZIELNIE

*Warsztaty z planerami na żywo*



*Odpowiedzi na pytania kursantów*

**Warsztaty z planerami live online**

Zobacz szczegółowy opis kursu online  
i wybierz jeden z 3 świetnych pakietów

**Sprawdź program kursu!**

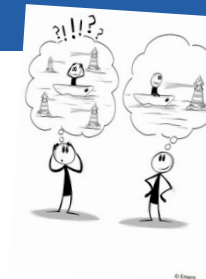


**www.SKLEP.izakrejcapawski.pl**

\*Książki są dostępne jako gratis w wybranych  
pakietach kursu



## ZAPANUJ NAD BRAKIEM CZASU Z ELASTYCZNYM ZARZĄDZANIEM CZASEM



**ODKRYJ SERIĘ ELASTYCZNE ZARZĄDZANIE CZASEM DLA ZAPRACOWANYCH  
I ZAMIEŃ CHAOS NA PORZĄDEK, PLANUJĄC MNIEJ NIŻ 10 MINUT DZIENNIE!**

### BEZPŁATNA SERIA WIDEO

Mini seria wideo pełna  
inspirujących wskazówek dla Ciebie  
dostępna bezpłatnie od zaraz!



**Oglądam bezpłatną serię**

### CODZIENNE POSTY, ROLKI, STORIES



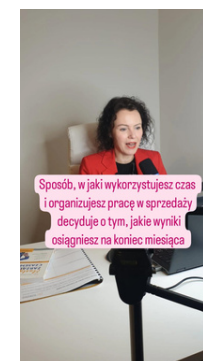
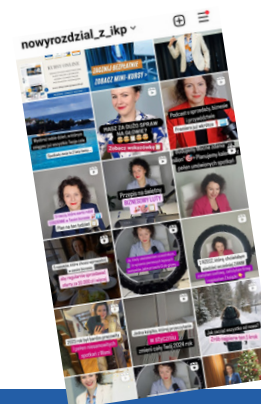
[@efektywna\\_firma](https://www.instagram.com/efektywna_firma)



[facebook.com/izakrejcapawski](https://facebook.com/izakrejcapawski)



[linkedin.com/in/izakrejcapawski](https://linkedin.com/in/izakrejcapawski)





# Elastyczne pomogło już setkom zapracowanych osób!

“W 100% Iza zdiagnozowała moje bolączki i pomogła znaleźć rozwiązania tak dopasowane do mojego charakteru i temperamentu, że ja z kolei w 100% wprowadziłam je w życie. Od czasu szkolenia minęło 3 tygodnie, a ja odmieniłam moje niezorganizowane życie w poukładane :)”

Katarzyna Świczar, uczestniczka szkolenia



"Poszukując metody na uporanie się chaosem i wiecznym brakiem czasu na wszystko, natknęłam się na książkę "Elastyczne Zarządzanie Czasem". Zakupiłam komplet z planerem w nadziei, że może tym razem znajdę receptę na moje problemy. Książka okazała się świetna. Napisana przez praktyka. Przeczytałam ją szybko.

Zachęcona i zmotywowana wykupiłam jeszcze kurs. Teraz planuję wyznaczając latarnię i czuję, że zaczynam odzyskiwać utracony czas. Polecam każdej zapracowanej osobie. Tobie też się zapanować nad chaosem i odzyskać czas i spokój ☺ "

Renata

"Planer zakupiłam wraz ze szkoleniem z Elastycznego Zarządzania Czasem. Miłość od pierwszego wejrzenia! Planer jest konkretnym narzędziem, dzięki któremu udało mi się posegregować swoje sprawy, nadać im priorytety, by w efekcie realizować je zgodnie z założeniem i kończyć na czas. Początkowo myślałam, że tych kartek jest zdecydowanie za dużo, że przecież lista zadań to jedna kartka. Byłam w błędzie! Wszystko przemyślane, czytelne, pomocne! Polecam!.."

Kasia

**TY TEŻ MOŻESZ KOŃCZYĆ KAŻDY TYDZIEŃ Z POCZUCIEM SATYSFAKCJI Z PRACY**

**POSPRZĄTAJ SWOJĄ GŁOWĘ Z NADMIARU ZADAŃ, CZY SPRAW I SKOKOWO ZWIĘKSZ SKUTECZNOŚĆ, PLANUJĄC ELASTYCZNIE W MNIEJ 10 MINUT DZIENNIE!**

**Kurs online Elastyczne Zarządzanie Czasem©**

# Kurs online prowadzi autorka serii

Poznaj Izę

## O AUTORCE I TRENERCE

Izabela Krejca-Pawski – trenerka ceniona za konkrety i świeże spojrzenie. Jej klienci umawiają 8 spotkań na 11 telefonów, podnoszą sprzedaż o 30% i odzyskują kontrolę nad swoim czasem. Jej misją jest sprawienie, żeby wszystkie osoby, które sprzedają i zarządzają zespołami osiągały podobne wyniki.

900 osób rocznie rozwija u Izy na szkoleniach umiejętności sprzedaży, umawiania spotkań, zarządzania czasem zespołem oraz obsługi klienta. Jako trener odsłuchiwała ponad 2700 nagrań rozmów sprzedażowych handlowców, konsultantów, doradców i telemarketerów z wielu branż. Certyfikowany trener sprzedaży. Licencjonowany Konsultant Zintegrowanego Modelu Przywództwa (ILM72) oraz Odporności Psychiczej (Mental Toughness MTQ). Szefowa firmy szkoleniowej IKP Szkolenia.



Iza Krejca-Pawski



## IZA JEST AUTORKĄ CENIONYCH KSIĄŻEK, EBOOKÓW I PLANERÓW



## AUTORKA PONAD 50 ARTYKUŁÓW ORAZ WYPOWIEDZI EKSPERTSKICH DLA

Bankier.pl

RZECZPOSPOLITA

NOWA SPRZEDAŻ

SZEF SPRZEDAŻY

AS SPRZEDAŻY

MŚBiznes

Magazyn E-commerce

BUSINESS WOMAN&life

SUKCES PISANY SZMINKĄ

[www.IzaKrejcaPawski.pl](http://www.IzaKrejcaPawski.pl)