

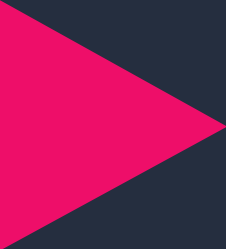


DOROTA FILIPIUK  
UMYSŁ • NAWYK • SUKCES

# Mastermind

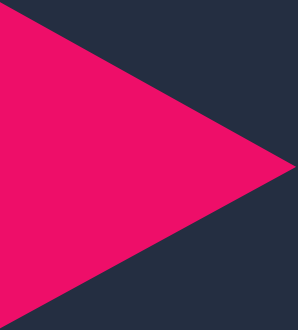
spotkanie 5





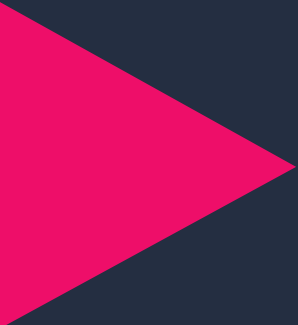
Dzisiaj  
powiemy  
sobie o:

- ▶ zapamiętywaniu liczb
- ▶ rzucaniu monetą ;)
- ▶ bawieniu się zakładkami



Dlaczego tak słabo zapamiętujemy  
liczby (daty, wzory, wielkości fizyczne,  
numery konta, numery telefonów, piny itd.) ?





Chcesz zapamiętać liczbę?  
Zamień ją na obraz!!!



1

-



2.



3-



4.





5.



6-



7-



8-



9-



10

-



11

-



12

-





15 -



17-



18-



19-



20-





# Jak to wykorzystać w praktyce?

- ▶ godzina spotkania;
- ▶ ile czego kupić;
- ▶ kod pin;
- ▶ cyfry w hasłach np. do @
- ▶ wszelkie kolejności;
- ▶ tam, gdzie mamy liczby do 20 ;)



# 10 zasad zdrowego stylu życia

1. pij dużo wody;
2. każdego dnia się ruszaj;
3. wychodź na słońce;
4. jedz codziennie kilka porcji warzyw;
5. zrezygnuj z cukru;
6. jedz węglowodany złożone;
7. jedz tłuszcze roślinne;
8. wzbogać dietę o warzywa strączkowe;
9. pamiętaj o pestkach i orzechach;
10. śpij 7-8 godzin na dobę.





10

## KROKÓW DO IDEALNEGO WPISU NA BLOGU

1

### PROJEKTOWANIE

Cele, kalendarz wpisów, czas publikacji, słowa kluczowe, plan wpisu, treści dopełniające.

2

### PISANIE

Tytuł, lead, nagłówki, akapity, cytaty, linki, tagi, podpisy i opisy zdjęć.

3

### REDAKCJA

Zczytywanie, wykreślanie, poprawianie, precyzowanie, dopisywanie.

4

### EDYCJA

Wygląd tekstu, czcionki, formatowanie, boldowanie, podświetlanie, kursywy, linkowanie.

5

### KOREKTA

Sprawdzanie faktów, stylistyki, literówek, poprawności źródeł i cytowań.

6

### OPTYMALIZACJA

SEO, wytyczki SEO, kompromisy.

7

### INTEGRACJA TREŚCI

Fotografie, filmy, podcasty, infografiki, wizualizacje, animacje, notatki.

8

### PUBLIKACJA

Post, kategorie, tagowanie, fragment, czas publikacji, obrazek wyróżniający, treści, przyciski, URL.

9

### DYSTRYBUCJA

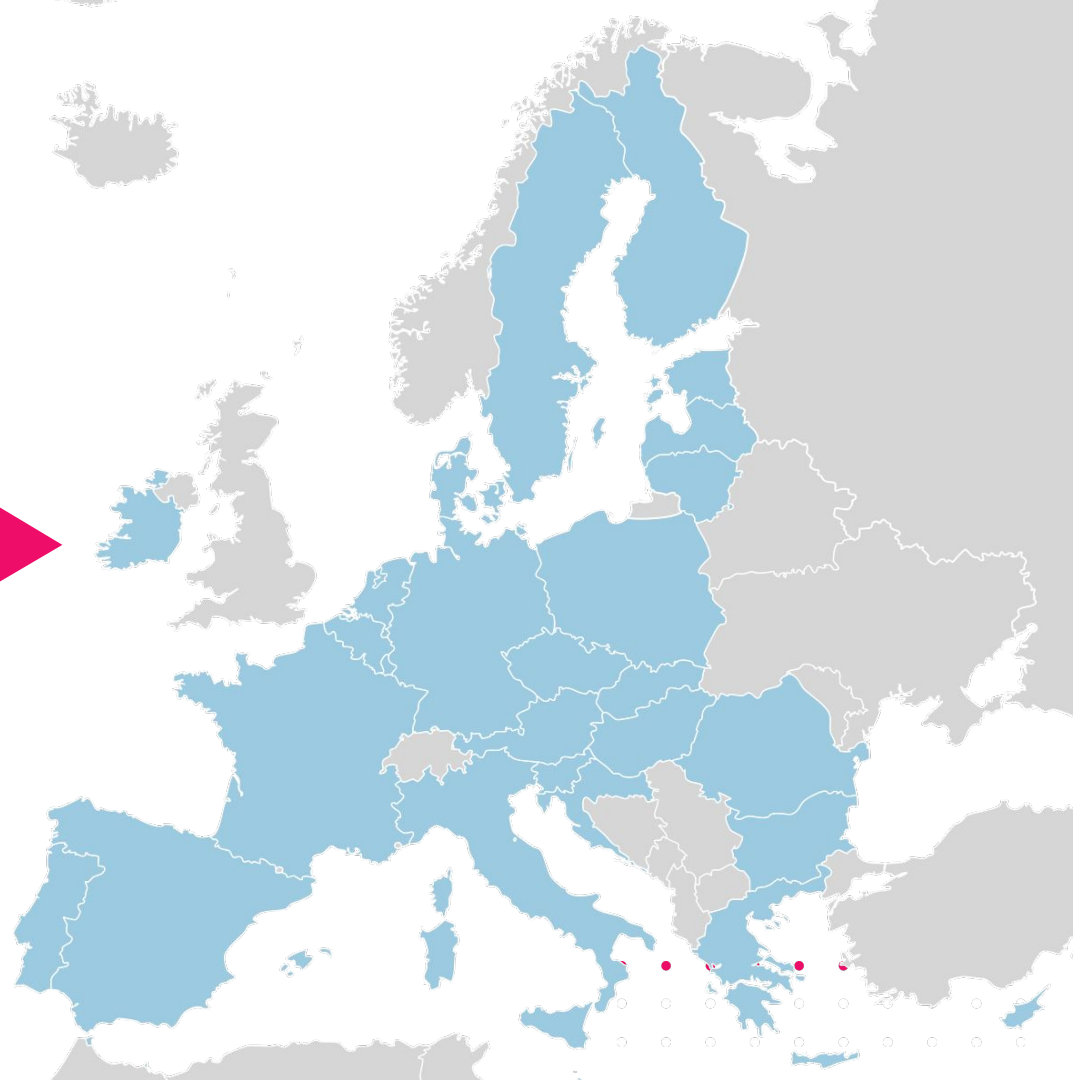
Linkowanie, powielanie treści, media społecznościowe, grupy, fora, newsletter.

10

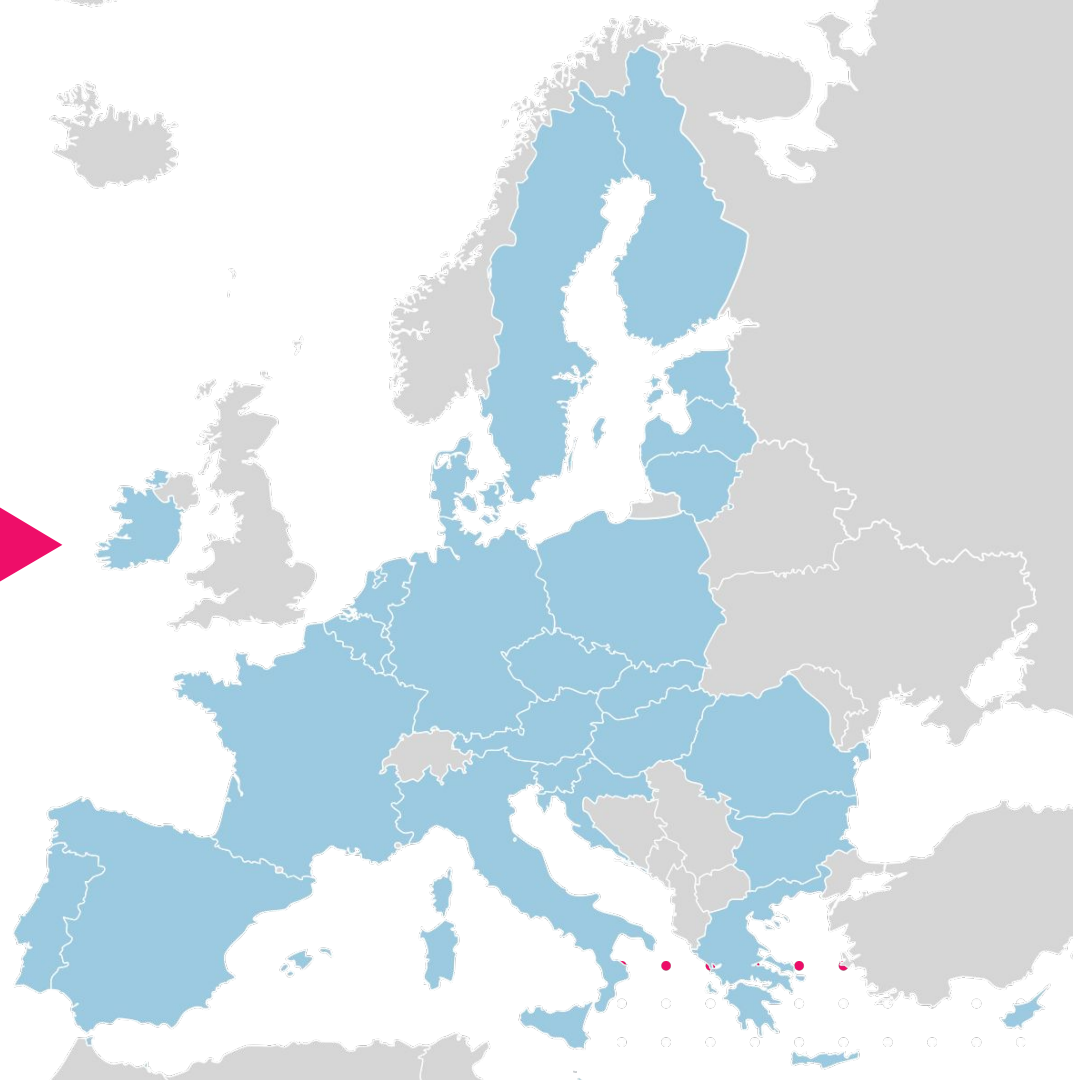
### PROMOCJA

Kampanie, polecenia, przypomnienia, dyskusje, komentarze, szerowanie, analityka.

Jak zapamiętasz  
kolejność państw,  
które dołączyły  
do UE?



Jak zapamiętasz  
kolejność państw,  
które dołączyły  
do UE?



Jak możesz  
zapamiętać numer  
telefonu?





