



PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY
WIEDZY O ŻYWIENIU



Oferta przygotowań

czyli czym jest **Indeks w Kieszeni**, dlaczego warto przygotowywać się wspólnie z nami oraz plan, dzięki któremu zostaniesz Olimpijczykiem!



Kim jesteśmy?

Indeks w Kieszeni to ogólnopolska inicjatywa edukacyjna skierowana do uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych.

Zajmujemy się kompleksowym przygotowaniem i wsparciem młodych ludzi szukających swojej indywidualnej ścieżki rozwoju.

Mając ponad 10-letnie doświadczenie na rynku edukacyjnym możemy poszczycić się **najlepszą w Polsce skutecznością w przygotowywaniu do olimpiad tematycznych** w formie kursów stacjonarnych, webinarowych oraz e-learningowych.



Misja

Wierzmy, że olimpiady tematyczne to najlepsza możliwa droga do dostania się przez ucznia szkoły średniej na **wymarzoną uczelnię**.

Pragniemy przyczyniać się do pomyślnej **realizacji ambicji młodych ludzi**, podnosić poziom ich wiedzy oraz poprzez naszą działalność otwierać im nowe, niedostępne do tej pory możliwości.



Nasze sukcesy

W ciągu ponad 10 lat działalności nasi uczniowie zdobyli łącznie:

- **22 tytułów zwycięzcy**
- **ponad 430 tytułów laureata**
- **ponad 1300 tytułów finalisty**



Prowadzący

W skład naszego zespołu wchodzi **zwycięzcy i laureaci najwyższych miejsc** Olimpiad ogólnopolskich oraz międzynarodowych!

Łączy nas pasja do nauki oraz przekazywania wiedzy. Prowadzący Indeksu w Kieszeni posiadają bogate doświadczenie dydaktyczne i potrafią w efektywny i profesjonalny sposób tłumaczyć nawet najbardziej złożone zagadnienia.



Dlaczego Indeks w Kieszce to dobry wybór?

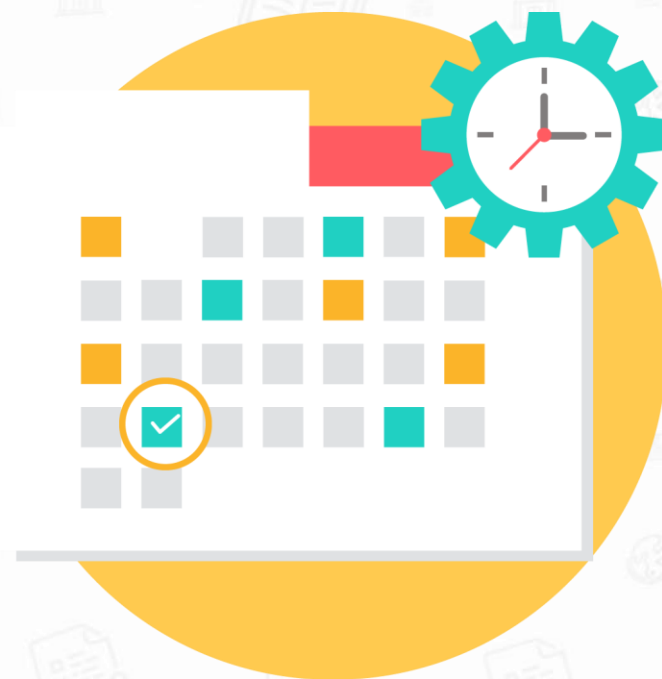


Twoja nauka jest dużo bardziej efektywna

Materiał olimpijski jest tak **obszerny**, że jego zupełne opanowanie graniczy z niemożliwością.

Właśnie dlatego wyselekcjonowaliśmy te zagadnienia, które z punktu widzenia danego etapu pozwolą **zmaksymalizować szanse awansu do kolejnej części zmagania**.

Autorami kursu są **laureaci najwyższych miejsc** poprzednich edycji olimpiady – masz pewność, że Twoja nauka leży w dobrych rękach i jest elementem profesjonalnego planu!



Zdobycie tytułu finalisty połączysz z innymi obowiązkami: szkołą, znajomymi, hobby

Zajęcia webinarowe gwarantują, że **każdy, nawet najtrudniejszy materiał** zostanie dokładnie wytłumaczony przez prowadzących!

Jeśli zdarzy Ci się, że z powodu choroby, wyjazdu, czy zwyczajnie innych aktywności pozaszkolnych opuścisz któreś spotkanie – żaden problem! **Wszystkie zrealizowane materiały będą na Ciebie czekać na grupie.** Możesz je nadrobić w dowolnym momencie, a pytania do nich zadać bezpośrednio swoim nauczycielom.



Skupisz się wyłącznie na zdobywaniu wiedzy zamiast na szukaniu materiałów, książek

Książki, mimo że stanowią najobszerniejsze źródło wiedzy, **nie zawsze** są dobrym wyborem do nauki.

Niektóre rozdziały z podręczników sugerowanych przez organizatorów, na olimpiadzie traktowane są po macoszemu czy nawet **zwyczajnie pomijane**.

Nasze prezentacje to najważniejsze informacje wybrane z **CAŁEJ** literatury zalecanej do Olimpiady. Podane w czytelny i zrozumiały sposób, wraz z ilustracjami i dodatkowym komentarzem.



Jak wygląda nauka z indeksem w Kieszeni?



Specjalistyczna platforma Clickmeeting

Oprogramowanie, z którego korzystamy do przeprowadzania naszych zajęć zdalnych pozwala na **całkowite oddanie warunków występujących w sali zajęciowej.**

Uczniowie w każdej chwili mogą zabrać głos, zadając pytanie lub włączając się do prowadzonego wykładu. Prowadzący z wykorzystaniem funkcjonalności tablicy i rozwiązują przykładowe zadania.



Jedne zajęcia w tygodniu trwające 2 godziny zegarowe

Taka częstotliwość nauki połączona z sumiennym odrabianiem prac domowych i powtórkami pozwala osiągać **olimpijskie laury**.

Na zajęciach oprócz części wykładowej uczniowie otrzymują wydrukowane lub **cyfrowe materiały**, takie jak: kartkówki, skrypty, czy karty pracy.

Atmosfera panująca na zajęciach grupowych jest niezwykle przyjazna i zachęca do wzajemnego motywowania się do dalszego zdobywania wiedzy.



Problemy w nauce? – pytaj swoich Prowadzących po zajęciach!

Do dyspozycji wszystkich uczniów przekazujemy **zajęciową grupę na Facebooku**. Służy ona do komunikacji z Prowadzącymi kurs oraz w razie potrzeby również z innymi uczniami uczestniczącymi w zajęciach.

Co ważne – jeśli po zajęciach czujesz, że jakieś konkretne zagadnienie sprawia Ci problem, potrzebujesz dodatkowych informacji na jego temat – **wystarczy że poprosisz Prowadzących o pomoc**, a niedługo później ich odpowiedź znajdzie się na grupie wraz z niezbędnym wyjaśnieniem lub dodatkowymi materiałami.



Najczęstsze wątpliwości dotyczące nauki do olimpiady



Obawiasz się, że kurs będzie za trudny?

Spokojnie – naukę z nami może rozpocząć każdy **niezależnie od już posiadanej wiedzy**.

Mile widziana będzie znajomość podstawy programowej, jednak jeśli dopiero zaczynasz swoją przygodę z danym przedmiotem – mamy przygotowane **suplementy**, które pozwolą Ci nadgonić materiał i realizować go równolegle z naszymi stricte olimpijskimi materiałami.

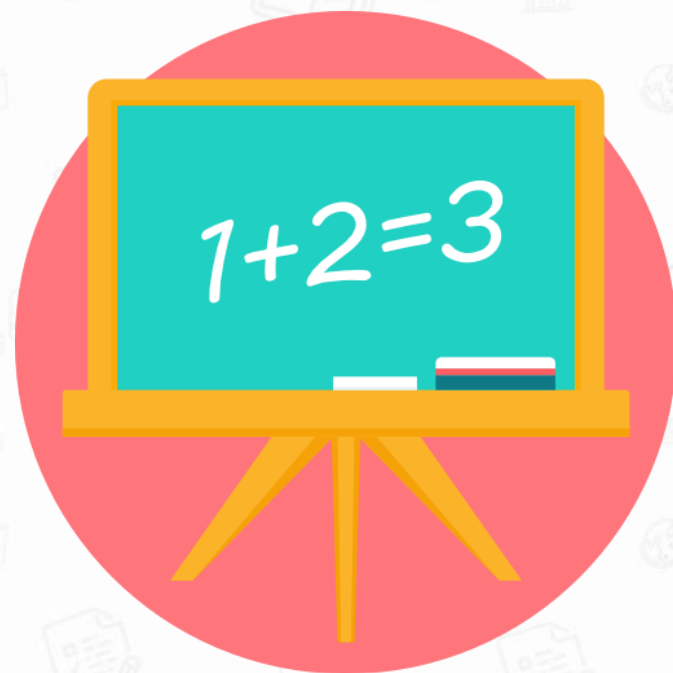
Dodatkowo każdy uczeń ma możliwość wzięcia udziału w **dodatkowych lekcjach indywidualnych** celem szybszego wyrównania poziomu.



... a może wręcz przeciwnie – za łatwy?

Znaczną część naszych uczniów z każdej olimpiady stanowią **finaliści**, którzy podczas swojej nauki np. w drugiej czy trzeciej klasie liceum zwyczajnie nie wiedzieli o Indeksie w Kieszeni.

Zgłaszają się oni do nas by **poprawić swój wynik i osiągnąć pewny tytuł laureata** – wspomniana wcześniej indywidualizacja kursu jest na tyle daleko, że bardzo wątpliwe jest zaistnienie sytuacji gdy uczeń nie ma z czego się uczyć lub nudzi się na zajęciach.



2 godziny w tygodniu wydają Ci się zbyt ambitnym planem?

Perspektywa spędzania dodatkowo na nauce do olimpiady sporej części czasu wolnego może brzmieć nieprzekonująco, jednak pamiętaj, że **uczysz się tego, co jest Twoją pasją!**

Nasze zajęcia niczym nie przypominają tych znanych ze szkoły. Są dynamiczne, prowadzący opowiadają z pasją oraz starają się angażować swoich podopiecznych gdy zauważają spadki koncentracji. Dodatkowym atutem są **niewielkie grupy** – najczęściej kilku lub kilkunastoosobowe.



4 najgorsze przekonania zniechęcające do startu w olimpiadach



„Olimpiady są nie dla mnie”

Tak naprawdę nie wiesz tego, dopóki nie spróbujesz. Fakt, że nie startowałaś wcześniej w konkursach czy nie udzielałaś się w żadnych pozaszkolnych przedsięwzięciach nie oznacza, że tak musi być zawsze, bo nie zostałeś do czegoś „stworzony”.

Nasze wieloletnie doświadczenie wskazuje, że to nie predyspozycje, czy wcześniej posiadana (np. z okresu podstawówki) wiedza jest kluczowa dla osiągnięcia sukcesów olimpijskich. **Liczy się przede wszystkim determinacja i regularna praca.**

Warto więc próbować nowych wyzwań niż żałować potem, że czegoś się nie spróbowało.



„Materiał jest za trudny”

Olimpiady muszą wykraczać poza program edukacyjny, gdyż przeznaczone są dla najlepszych osób, szczególnie zainteresowanych danym zagadnieniem. Nic więc dziwnego, że zakres tematyczny często jest bardzo szeroki i zwłaszcza na początku może być przytłaczający.

Nie oznacza to jednak, że od razu trzeba opanować cały materiał w 100%. Problem z wieloma zagadnieniami mają także inni uczestnicy z całej Polski, nie tylko Ty. Z kolei wysoki poziom merytoryczny zawodów sprawia, że **do awansu do następnego etapu czasem wystarczy zaledwie połowa punktów!**



„Mam jeszcze czas”

Tak zwykle uważają uczniowie pierwszych, a nawet drugich klas! Prawda jest jednak taka, że nie ma co odkładać startu na ostatni rok, w którym piszecie przecież **maturę**.

Najlepszym rozwiązaniem jest **rozpoczęcie przygotowań już w pierwszej klasie**, mimo iż różnica w poziomie konkursów kuratorskich oraz olimpiad szkół podstawowych i licealnych może wydawać się nie do przeskoczenia.

Poświęcenie czasu na przygotowania na początku liceum pozwala na bardziej **efektywne rozplanowanie aktywności na przestrzeni kolejnych lat**, co oznacza czas zarówno na naukę jak i na zabawę.



„Przez olimpiady nie pójdzie mi na maturze”

Najlepszym sposobem na pogodzenie wszystkich zadań jest **odpowiednio wczesne rozpoczęcie startu w olimpiadach**, aczkolwiek mieliśmy okazję pracować z wieloma maturzystami, którzy bez problemu poradzi sobie z maturą, jednocześnie zdobywając olimpijskie laury.

Kalendarz zawodów jest na szczęście rozplanowany w taki sposób, że można pogodzić przygotowania do olimpiady, a potem skupić się na maturze.

Tak naprawdę, dużo częściej sprawdza się odwrotna zależność: dzięki olimpiadom, **matura to dla mnie pestka!**



Opinie naszych kursantów



Daniel Pysz

Lokalny przewodnik · 6 opinii · 1 zdjęcie



Najlepsze w nauce z lwK jest to, że uczą Cię osoby, które są na bieżąco z najważniejszymi zmianami w Olimpiadach. Nie dość, że uczysz się na ich super materiałach to jeszcze korzystasz z ich ogromnego doświadczenia



Kinga Gruszka

1 opinia



Przygotowania z lwK to najprostsza i najprzyjemniejsza droga na wymarzone studia!



Piotr Kosman

14 opinii · 9 zdjęć



Gorąco polecam naukę z Indeks w Kieszce!





Hubert Kochański

1 opinia



Polecam każdemu, kto poważnie myśli o sukcesie w Olimpiadzie Chemicznej!



Wiktoria Tofel

2 opinie



Zarówno sam kurs, jak i zaangażowanie prowadzących oraz kontakt z Indeks w Kieszce robią wrażenie. Serdecznie polecam!



Krzysztof Ryłow

2 opinie



Indeks w Kieszce to idealne miejsce dla ambitnych licealistów marzących o sukcesach w olimpiadach przedmiotowych lub wysokich wynikach egzaminu dojrzałości. Gorąco polecam!





Edek Drzymała

3 opinie



Polecam serdecznie! Najlepszy sposób na naukę do Olimpiady 😊



Piotr Kubiszewski

2 opinie



Serio dobry kontakt i solidne przygotowanie



Meroloppa a

Lokalny przewodnik · 153 opinie · 2 zdjęcia



Serio dobry kontakt, praca w formie elerningowej wygodna i przejrzysta warte tej (nie tak ogromnej ale nie ma co się zastanawiać) kasy!!!





Aleksander Andrzej Powierża zrecenzował: Indeks w Kieszeni – 5★

11 marca · 🌐

Bardzo konkretne, logicznie uporządkowane materiały i świetna organizacja samych przygotowań. Przygotowania do olimpiad prawniczych stają się samą przyjemnością 😊



Alicja Górecka zrecenzowała: Indeks w Kieszeni – 5★

10 marca · 🌐

Bardzo dziękuję Indeksowi za współpracę i polecam każdemu kto w ostatniej chwili postanawia wystartować w Olimpiadzie i nie ma pojęcia jak się za to zabrać. 😊
Nawet ucząc się od zera, udało się dostać do finału i w zakresie Olimpiad przedmiotowych jest to mój największy sukces.
Polecam! ❤️



Victoria TheChemist zrecenzowała: Indeks w Kieszeni – 5★

17 marca · 🌐

Polecam przygotowania do olimpiad przedmiotowych z Indeks w kieszeni! 😊
Dzięki materiałom otrzymywanym przez e-learning udało mi się zakwalifikować do finału Olimpiady Chemicznej. Przygotowania są rzetelne, materiały pogrupowane w działy, a mentorzy są niezwykle sympatyczni i potrafią zmotywować do tego niełatwego przedsięwzięcia jakim jest start w olimpiadzie.





Filip Nowak zrecenzował: Indeks w Kieszeni – 5★

8 marca · 🌐

Jeżeli chcecie porządnie przygotować się do Olimpiady Wiedzy o Polsce i Świecie Współczesnym współpraca z Indeks w Kieszeni będzie najlepszym wyborem. Zdecydowanie polecam! 😊



Marcin Jasiński zrecenzował: Indeks w Kieszeni – 5★

8 marca · 🌐

Bardzo profesjonalne podejście do przygotowań do Olimpiady Biologicznej oraz innych olimpiad. Zajęcia prowadzone zawsze poprzez najlepszych w kraju z danej dziedziny. Możliwość przygotowań nie tylko stacjonarnych ale też e-learningowych to duży plus 😊
Gorąco polecam!



Stanisław Kurdziałek zrecenzował: Indeks w Kieszeni – 5★

8 marca · 🌐

Polecam wszystkim przygotowującym się do Olimpiady Fizycznej. Warto skorzystać z pomocy doświadczonych prowadzących i dołączyć do ambitnej grupy uczniów o podobnych zainteresowaniach 😊





Natalia Toporowska zrecenzowała: Indeks w Kieszeni – 5★

9 marca · 👤

Zdecydowanie polecam przygotowania do Olimpiady Literatury i Języka Polskiego. Możliwość przygotowań zdalnych na kursie e-learningowym, bezpośredni kontakt z prowadzącym - to bardzo duże plusy!



Mateusz Jan Stanisław zrecenzował: Indeks w Kieszeni – 5★

9 marca · 🌐

Jeśli ktoś chce uczestniczyć w Olimpiadzie Historycznej to najlepiej przygotowywać się do tego właśnie tu 😊 Profesjonalizm, świetna atmosfera i rzeczowa pomoc.



Mateusz Wawrzeńczyk zrecenzował: Indeks w Kieszeni – 5★

9 marca · 🌐

Zajęcia są prowadzone przez laureatów czołowych miejsc olimpiad przedmiotowych (m.in Olimpiady Biologicznej, Olimpiady Chemicznej), którzy dzielą się z uczniami nie tylko wiedzą, ale też swoim doświadczeniem. Polecam 😊





Michał Malinowski zrecenzował: Indeks w Kieszeni – 5★

9 kwietnia · 👤

Autorska i innowacyjna forma przekazywania wiedzy, a do tego świetni prowadzący sprawiają, że nauka staje się czystą przyjemnością 😊 Bardzo polecam każdemu zainteresowanemu startem w olimpiadach!



Andrzej Pióro zrecenzował: Indeks w Kieszeni – 5★

10 kwietnia · 👤

Materiały bardzo wysokiej jakości oraz imponujące doświadczenie.



Jakub Klicki zrecenzował: Indeks w Kieszeni – 5★

22 kwietnia · 👤

Doświadczona kadra, przetestowany system nauczania, ciekawe warsztaty. Nic więcej nie potrzeba by mieć indeks w kieszeni! 😊



**Przechodząc do sedna:
zostając Indeksowiczem
otrzymujesz...**



Oferta zajęć grupowych

1) **Komplet materiałów (prezentacje, skrypty, testy i wiele innych)** niezbędnych by dostać się do finału. Podzielony na **moduły tematyczne** wraz ze zindywidualizowanymi formami sprawdzania wiedzy i postępów w nauce!



Oferta zajęć grupowych

2) Zajęcia w **małych grupach** o podobnym poziomie zaawansowania za **pośrednictwem platformy webinarowej**.

Oprócz tego **grupa na facebooku** na której można utrzymywać **stały kontakt z prowadzącym**.



Oferta zajęć grupowych

3) Rozwiązujesz przygotowane przez nas **Próbne Olimpiady** – które pozwalają Ci się zmierzyć z podobnym testem jak na Olimpiadzie – jest to szczególnie przydatne gdy startujesz pierwszy raz – dzięki temu wiesz jak rozplanować czas i nad czym jeszcze więcej popracować.

Jest to niezwykle cenne, powie to każdy maturzysta!



Oferta zajęć grupowych

4) Możliwość uczestnictwa w specjalnych **warsztatach przed etapem okręgowym** po obniżonej cenie:

~~499zł~~ → 299zł

Podczas **kilkunastogodzinnych warsztatów** (sobota i niedziela) w planach:

- Rozwiązanie próbnego arkusza olimpijskiego
- Najtrudniejsze zagadnienia przed II etapem
- Powtórki oraz utrwalenie już zdobytej wiedzy



Co możesz zyskać?

Finalista lub laureat ma zagwarantowany wstęp lub ułatwione postępowanie rekrutacyjne na wiele kierunków 33 różnych uczelni w całym kraju! W tym m.in.:

Warszawa:

- SGGW – dietetyka, technologia żywności i żywienie człowieka (laureaci)
- UW – matematyka, socjologia stosowana (laureaci)



Gdańsk:

- UM – dietetyka, techniki dentystyczne (laureaci i finaliści)
- Politechnika – biotechnologia, chemia (laureaci i finaliści)

Poznań:

- UE – towaroznawstwo, zarządzanie i inżynieria produkcji (laureaci i finaliści)
- UM – 100 % z biologii na dietetykę (laureaci i finaliści)

Pełna lista uprawnień finalistów i laureatów olimpiady znajduje się pod linkiem:

<http://www.olimpiadawiedzyzywieniu.pl/uprawnienia.html>



A ponadto...!

-  Stypendia:
 - Stypendium Prezesa Rady Ministrów
 - Stypendium Minister Edukacji Narodowej
 - Stypendium za szczególne osiągnięcia naukowe na uczelni na którą trafisz
- Nagrody rzeczowe i finansowe
- Poznanie fantastycznych ludzi, dzielających Twoje zainteresowania 😊



Kariera po Olimpiadzie Wiedzy o Żywieniu i Żywności

Znakomita większość uczniów startujących w OWOŻiŻ łączy swą przyszłość zawodową z profesjami dotyczącymi nauki o żywieniu, a także społecznymi.

Jednakże szeroka pula indeksów z uczelni o różnych profilach wskazuje na otwartą drogę w przyszłość finalisty lub laureata, związaną z dużym prestiżem i szacunkiem społecznym.



IWK to nie tylko kurs, ale przynależność do elitarnej społeczności!

Wspólnie wybieramy przedmioty uczelniane, integrujemy się podczas obozów „zerówkowych” przed rozpoczęciem studiów, czy nawet angażujemy się w projekty biznesowe i naukowe!

Nie ma drugiej takiej inicjatywy jak Indeks w Kieszeni – zdobyte podczas kursu kontakty pozwolą Ci łatwiej wejść w życie studenta oraz kontynuować swoją karierę.





Nie czekaj!

Zapisz się już dziś i zrób pierwszy krok by zostać
Olimpijczykiem 😊

Cennik przygotowań

4 zajęcia po 2h, raz w tygodniu

349 zł za 16h → ok. 37 zł/h

8 zajęć po 2h, raz w tygodniu

599 zł za 32h → ok. 31 zł/h



Kontakt z nami

Jeszcze się wahasz? Masz jakieś pytania, wątpliwości – skontaktuj się z nami! Ciężko zawrzeć wszystko w tak krótkiej prezentacji, ale z przyjemnością przekazemy Ci szczegóły osobiście 😊



kontakt@indekswkieszeni.pl



<https://www.facebook.com/indekswkieszeni>



(+48) 574 481 099



**Interesuje Cię nie tylko
żywienie?**

**Znasz kogoś, kto chciałby
wziąć udział w zajęciach tak
jak Ty, ale z innego
przedmiotu?**

**Napisz do nas i uzyskaj
korzystne rabaty z tytułu
polecenia!**



**Sprawdź, do jakich
jeszcze olimpiad
przygotowujemy!**





PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY CHEMICZNEJ



PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY FIZYCZNEJ



PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY WIEDZY O POLSCE
I ŚWIECIE WSPÓŁCZESNYM



PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY WIEDZY EKONOMICZNEJ
I OLIMPIADY PRZEDSIĘBIORCZOŚCI



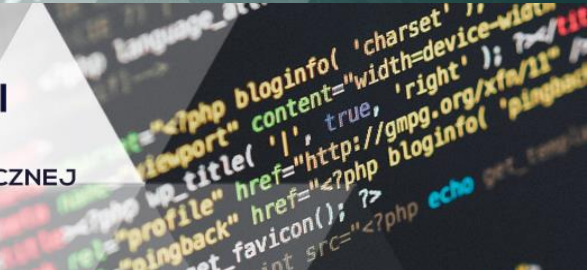
PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY GEOGRAFICZNEJ



PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY MATEMATYCZNEJ



PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY INFORMATYCZNEJ



PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY WIEDZY O PRAWIE



PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY FILOZOFICZNEJ



PRZYGOTUJ SIĘ DO
OLIMPIADY HISTORYCZNEJ

