ASCENDIA

Catalog cursuri

journeys

2026

TREND

EVOLUTION JOURNEY

eJourneys

ASCENDIA S.A. vă pune la dispoziție pachetele de cursuri e-learning **eJourneys**, dezvoltate pe diferite teme de actualitate pentru piața de business din România, ce pot constitui un punct solid de plecare în strategia de upskilling/reskilling a angajaților.

Caracteristica principală a acestor cursuri este aceea că sunt concepute ca module cu durată de parcurgere mică, ce se pot accesa de pe orice dispozitiv smart (telefon, tabletă, TV, Laptop, PC). Fiind cursuri de tip **microlearning**, captează atenția și păstrează interesul cursantului, facilitând astfel învățarea eficientă. Fiecare pachet eJourneys conține mai multe Teme, împărțite în Module e-learning. Timpul de parcurgere al fiecărui modul este între 20 și 40 de minute (timp cursant).

Modulele e-Learning sunt dezvoltate în **limba română**, în parteneriat cu **Trend Consult**, pornindu-se de la specificul mediului de afaceri din România.

Specificații pentru cursurile e-learning eJourneys:

- Numărul de licențe achiziționate: nelimitat, în cadrul organizației (veți putea acorda acces la aceste cursuri tuturor angajaților, pe perioada stipulată);
- Modalitatea de livrare: pachete **SCORM** pe platforma LMS dorită;
- Durata de folosire a licențelor: **1 an calendaristic** de la data achiziționării.

Colecțiile eJourneys:

- 345 module e-Learning, în limba română, pentru dezvoltare personală și profesională
- Peste 156 de ore de conținut, de tip micro-learning, pe diferite teme actuale, de interes pentru angajații companiei dumneavoastră.
- Mai mult de 15 traineri români, care își transpun experiența, în format e-Learning și sunt la dispoziția cursanților, oricând, pe orice dispozitiv.

CUPRINS

16
Colecții

Colecția
MS Office

Colecția
Dezvoltare Personală

Colecția
Conformitate Sănătate Securitate

Colecția
Sales Skills

Colecția
Team Management

Colecția
Marketing și Comunicare

CUPRINS

16 Colecții

Colecția **Customer Service**

Colecția **Business English Advanced**

Colecția **New-Tech**

Colecția **Inovație și Dezvoltare de Produs/ Serviciu**

Colecția **Formare profesională și Training**

Colecția **Business English Essentials**

Colecția **Business English Expert**

Colecția **AI pentru mediul de afaceri**

Colecția **Abilități digitale profesionale**

Colecția **Sustenabilitate pentru mediul de afaceri**

Colecția MS Office

3 Teme
31 Module

Excel Începători
10 module

1. Concepte de bază
2. Rânduri, coloane, celule
3. Tipuri de date
4. Ce sunt și cum să utilizați referințele celulare
5. Formule și funcții
6. Formatări
7. Sortarea și filtrarea datelor
8. Completare automată și umplere rapidă
9. Tabele și diagrame
10. Tipărirea Workbooks și Worksheets

PowerPoint Essentials
10 module

1. Introducere în Power Point
2. Slide-uri
3. Formate
4. Text
5. Imagini și grafice
6. Animații
7. Audio și video
8. Prezentări
9. Acțiuni în prezentări
10. Tabele

Excel Avansați
11 module

1. Formatarea condiționată
2. Anteturi și subsoluri
3. Funcțiile IF simple și complexe
4. Media unui grup de numere
5. Funcția VLOOKUP
6. Operațiuni cu timp
7. Formule matriceale
8. Crearea și gestionarea listelor derulante
9. Crearea de PivotTable
10. Workbooks și Worksheets protejate cu parolă
11. Macro-urile și utilizarea lor

journeys

Colecția Dezvoltare Personală

10 Teme
41 Module

Provocările lucrului de acasă I
3 module

1. Lucrul de acasă
2. Gestionarea anxietății
3. Tehnologii pentru lucrul de acasă

Provocările lucrului de acasă II
5 module

1. Gestionarea izolării
2. Protejarea împotriva știrilor false
3. Capcane în gândire
4. Disciplina personală
5. Participarea la ședințele online

Growth Mindset
3 module

1. Mentalitate fixă vs. Mentalitate de creștere
2. Reacția la propriile erori și eșecuri
3. Reacția la erorile celorlalți

Educație financiară
3 module

1. Bugetul personal
2. Stabilitate financiară
3. Cum să economisești și să investești

Coping with change
3 module

1. Reacția la schimbare
2. Gestionarea emoției în schimbare
3. Schimbarea pas cu pas

Eficiența personală
6 module

1. Provocări în gestionarea timpului
2. Planificare
3. Organizare
4. Prioritizare
5. Creșterea eficienței
6. Gestionarea Evenimentelor neașteptate

Dezvoltare Personală

Gândire critică
6 module

1. Ce înseamnă gândirea critică
2. Analiza argumentării
3. Analiza raționamentului
4. Analiza argumentelor
5. Gândirea critică în relația cu sine
6. Gândirea critică în relația cu ceilalți

Gândire strategică
6 module

1. Cum să gandești strategic
2. Imaginea de ansamblu
3. Concentrarea pe scop
4. Folosirea inteligentă a oportunităților
5. Gândirea în timp
6. Lucrul cu ipoteze

Gestionarea presiunii și obstacolelor
3 module

1. Ce este presiunea?
2. Reacția la presiune și obstacole
3. Tehnici de gestionarea presiunii și obstacolelor

Echilibrul muncă - viață personală
3 module

1. Cum îți construiești cariera?
2. Managementul timpului
3. Claritate și semnificație în viață

journeys

Colecția

Conformitate Sănătate și Securitate

5 Teme
21 Module

Conformitate
5 module

1. Anti-Mită - cerințe legale
2. Combaterea Evaziunii Fiscale
3. Denunțarea - protecția și responsabilitățile angajaților
4. Prevenirea și combaterea hărțuirii la locul de muncă
5. Sănătatea mintală: siguranța emoțională și sănătatea relațiilor de muncă

Sănătate și Siguranță
5 module

1. Folosirea corectă a stingătoarelor
2. Instruire introductiv generală în SSM
3. Manipularea manuală a maselor
4. Ergonomia la birou
5. Educație rutieră

Prim Ajutor
4 module

1. Prim Ajutor adulți
2. Prim Ajutor copii
3. Situatii speciale
4. Primul ajutor în caz de accidente rutiere

Securitate Cibernetică
1 modul

1. Securitate Cibernetică

journeys

Colecția Sales Skills

7 Teme
24 Module

Înțelegerea psihologiei clientului
3 module

1. Nevoile și decizia de cumpărare
2. Descoperirea nevoilor clientului
3. Prezentarea soluției

Întâlniri eficace de vânzare
4 module

1. Pregătirea întâlnirii
2. Deschiderea
3. Conducerea discuției
4. Închiderea întâlnirii de vânzare

Abilități de influențare
3 module

1. Abordarea strategică a influențării
2. Instrumente si Tehnici de Influențare Directă
3. Instrumente și tehnici de influențare indirectă

Prospectarea
3 module

1. Generarea listei de prospecți
2. Abordarea potențialilor clienți
3. Solicitarea de recomandări

Câștigarea loialității clientului
3 module

1. Etape în ciclul de viață al clientului
2. Solicitarea și integrarea feedback-ului
3. Construirea și menținerea relației pe termen lung

Oferirea de răspunsuri clientului
4 module

1. Înțelegerea nevoilor și întrebărilor clientului
2. Prezentarea de soluții și alternative
3. Gestionarea așteptărilor clientului
4. Obținerea angajamentului clientului

Atitudinea în interacțiunea cu clientul
4 module

1. Roluri în relația cu clientul
2. Așteptările clientului
3. Poziționarea în relația cu clientul
4. Orientarea către soluție

journeys

Colecția Team Management

11 Teme
60 Module

Managementul proiectului
8 module

1. Etapele proiectului
2. Inițierea proiectului
3. Definirea proiectului - Obiective și livrabile
4. Definirea proiectului - Analiza și planificarea activităților
5. Dezvoltarea proiectului – Managementul riscurilor
6. Testarea proiectului
7. Monitorizarea proiectului
8. Ședința de proiect

Managementul schimbării
5 module

1. Rolul managerului în schimbare
2. Acceptarea schimbării
3. Obținerea angajamentului în schimbare
4. Învățarea în schimbare
5. Menținerea motivației în schimbare

Empowering People
4 module

1. Cum dai putere oamenilor din echipă
2. Catalizatori și bariere în transferul puterii către echipă
3. Ce și cui deleg
4. Discuția de delegare

Managementul Performanței
7 module

1. Definirea performanței
2. Principii cheie în managementul performanței
3. Observarea comportamentelor
4. Acordarea feedbackului
5. Pregătirea discuției de evaluare
6. Discuția de evaluare
7. Gestionarea diferențelor de perspectivă în evaluare

Feedback
5 module

1. Nevoia de feedback
2. Primirea de feedback
3. Solicitarea de feedback
4. Acordarea de feedback
5. Feedforward

Conflict Management
6 module

1. Tipuri de conflict
2. Abordarea Conflictului
3. Deturnarea reacției proprii
4. Empatia
5. Alinierea perspectivelor
6. Lucrul la o soluție

Diversitate și incluziune în echipă
5 module

1. Ce înseamnă a fi în largul meu în echipă?
2. Cum îi vedem pe ceilalți?
3. Cum creăm un mediu incluziv
4. În spatele scenei. De ce apare discriminarea?
5. Granițele exprimării de sine

Coachingul în activitatea zilnică
4 module

1. Coachingul ca instrument de management
2. Ascultarea în discuția de coaching
3. Facilitarea găsirii de soluții
4. De la soluție la acțiune

Six SIGMA
4 module

1. Metodologia LEAN 5S
2. Fundamentele LEAN Six Sigma
3. Six Sigma Yellow Belt
4. Six Sigma Green Belt

Recrutare și selecție
8 module

1. Piața muncii
2. Procesul de recrutare și selecție
3. Cererea de recrutare
4. Campanii de recrutare
5. Selecția CV-urilor și pregătirea interviului
6. Structura interviului
7. Investigarea competențelor candidaților
8. Decizia post-interviu

Comunicarea în echipă
4 module

1. Comunicarea ca proces
2. Ascultarea activă
3. Echipa Millennials
4. Feedback pentru performanță

journeys

Colecția Marketing și Comunicare

4 Teme
17 Module

Conținutul în comunicare
4 module

1. Pentru ce comunic
2. Ce și cât comunic
3. Ce legatură au ideile între ele
4. În ce ordine spun lucrurile

Creativitate
5 module

1. Ești creativ?
2. Ce poate stimula creativitatea?
3. Tehnici creative
4. Încurajarea creativității la ceilalți
5. Grupuri creative

Poziționarea în comunicare
4 module

1. Tipuri de poziționare
2. Mesaje capcană
3. Exprimare asertivă
4. Nevoile interlocutorului

Inovație
4 module

1. Cât de inovator ești
2. Inspirația
3. Ideea
4. Implementare

journeys

Colecția Customer Service

5 Teme
17 Module

Customer Care
1 modul

1. Amabilitatea

Prevenirea și gestionarea obiecțiilor
4 module

1. Cum evaluează clientul propunerile?
2. Tipuri de obiecții
3. Prevenirea obiecțiilor
4. Tratarea obiecțiilor

Inteligența emoțională în Customer Care
2 module

1. Emoțiile cu care intri în discuție
2. Gestionarea propriilor emoții în discuțiile cu clientul

Gestionarea reclamațiilor
7 module

1. Așteptări încălcate și tipuri de clienți
2. Pași în gestionarea reclamațiilor
3. Gestionarea propriilor emoții
4. Gestionarea emoțiilor clientului
5. O înțelegere comună a situației
6. Găsirea soluției pentru reclamație
7. Încântarea clientului

Depășirea obiecțiilor
3 module

1. Înțelegerea sursei obiecției și a tipului ei
2. Prevenirea obiecțiilor
3. Tratarea obiecțiilor

journeys

Colecția **Business English Essentials**

6 Teme
18 Module

Interviews
3 module

1. Skills
2. Confidence Building
3. Common Interview Questions

Client Communication
3 module

1. Understanding Client Needs
2. Unique Selling Proposition
3. Client Retention Strategies

Email
3 module

1. Business Email Netiquette
2. Formal and Semi-formal Business Emails
3. Connecting Ideas in a Business Email

Internal Communication: Online Meetings
3 module

1. Basics of Online Meetings Between Colleagues
2. Making Suggestions in Online Meetings
3. Making Requests in Online Meetings

Business Trips
3 module

1. Planning a Business Trip
2. Tips for multicultural settings
3. Recommendations for Visiting Guests

Business Phone Calls
3 module

1. Phone Etiquette and Professionalism
2. Providing Information in Business Phone Calls
3. Handing Complaints Over the Phone

journeys

Colecția **Business English Advanced**

6 Teme
18 Module

Corporate Culture
3 module

1. Corporate Structures and Job Hierarchies
2. Professional Small Talk
3. Team Collaboration and Project Communication

Presentations and Speeches
3 module

1. Structuring Your Presentation
2. Delivering Your Presentation
3. Storytelling Techniques for Engaging Presentations

Negotiation
3 module

1. Preparing for Negotiations
2. Persuasive Language for Negotiation
3. Negotiation with Difficult Personalities

Effective Feedback Strategies
3 module

1. Feedback-rich Culture in the Workplace
2. Giving Constructive Feedback
3. Receiving and Accepting Feedback

Conflict Resolution
3 module

1. Understanding Conflict in the Workplace
2. Mediation and Conflict Resolution Techniques
3. Conflict Prevention

Productivity in the Workplace
3 module

1. Goal Setting and Time Management
2. Prioritization Techniques
3. Overcoming Stress, Procrastination and Interruptions

journeys

Colecția Business English Expert

6 Teme
18 Module

Marketing and Advertising
3 module

1. Text and Context: Marketing Case Study
2. Active Comprehension: Podcast
3. Coversational Mastery: Advertising Campaign Pitch

Sales
3 module

1. Text and Context: Cold Emails
2. Active Comprehension: Sales Pitch
3. Coversational Mastery: Sales Negotiation

Human Resources (HR)
3 module

1. Text and Context: Performance Review
2. Active Comprehension: Onboarding
3. Coversational Mastery: Conflict ManagementPersonalities

Finance & Legal
3 module

1. Text and Context: Budget Guidelines
2. Active Comprehension: Contract Briefing
3. Coversational Mastery: Legal Counseling

New Techonology
3 module

1. Text and Context: Solutions Analysis
2. Active Comprehension: Implementing Solutions
3. Coversational Mastery: Knowledge-sharing Session

Corporate Social Responsibility (CSR) & Sustainability
3 module

1. Text and Context: CSR Report
2. Active Comprehension: Implementing Policies
3. Coversational Mastery: CSR & Sustanability in Practice

9 Teme
27 Module

Automatizarea robotică a proceselor (RPA)
3 module

1. Introducere în RPA Software
2. Integrarea RPA și viitorul automatizării
3. Analiza proceselor în vederea automatizării prin RPA

Internet of things
3 module

1. Concepte de bază în IoT
2. Proiectarea și dezvoltarea IoT
3. Integrare sisteme IoT și tehnologii cloud

Big Data
3 module

1. Fundamente Big Data
2. Tehnologii și instrumente pentru Big Data
3. Aplicații avansate și tendințe în Big Data

Inteligență artificială (AI)
3 module

1. Concepte de bază în IA
2. Aplicații IA în companie
3. Responsabilitate și etică în folosirea IA

Fabricație aditivă
3 module

1. Modelare 3D - Concepte de bază
2. Imprimare 3D - Concepte de bază
3. Aplicabilitatea imprimării 3D

Tehnologiile Cloud
3 module

1. Introducere în tehnologiile cloud
2. Tipuri de cloud
3. Caracteristici ale cloud computing

Sisteme Cyber-Fizice
3 module

1. Introducere în tehnologia sistemelor cyber fizice
2. Arhitecturi, rețele, aplicații CPS
3. Riscuri și vulnerabilități privind securitatea în CPS

Învățare automată (Machine Learning)
3 module

1. Înțelegerea oportunităților comerciale și a contextului
2. Tipuri de învățare automată
3. Baze de date

Tehnologia Blockchain
3 module

1. Introducere în tehnologia Blockchain
2. Aplicații practice ale Blockchain
3. Integrarea Blockchain în afaceri

journeys

Colecția AI pentru mediul de afaceri

1 Temă
9 Module

AI aplicat pe departamente
9 module

1. AI pentru departamentul Resurse Umane (HR)
2. AI în departamentul de Marketing
3. AI pentru suport clienți
4. AI pentru managementul proiectelor
5. AI pentru IT și Securitate cibernetică
6. AI pentru achiziții
7. AI pentru vânzări
8. AI în departamentul financiar
9. AI pentru departamentul juridic

journeys

Colecția **Inovație și Dezvoltare de Produs sau Serviciu**

1 Temă
6 Module

Design Thinking
6 module

1. Introducere în design thinking
2. Pasul 1: Empatizarea
3. Pasul 2: Definirea problemei
4. Pasul 3: Generarea ideilor
5. Pasul 4: Prototiparea soluțiilor
6. Pasul 5: Testarea

journeys

Colecția Abilități digitale profesionale

6 Teme
35 Module

Fundamente digitale și infrastructură tehnologică
5 module

1. Alfabetizare digitală în cadrul organizațional
2. Tehnologii esențiale
3. Infrastructură digitală de bază
4. Introducere în Google Workspace și Microsoft 365
5. Activități practice

Productivitate și ecosisteme de colaborare
5 module

1. Ecosisteme digitale pentru colaborare
2. Google Workspace în acțiune
3. Microsoft 365 pentru echipe
4. Google Workspace vs. Microsoft 365
5. Activități practice

Comunicare digitală și brand profesional
7 module

1. Eticheta digitală pentru emailuri și mesagerie
2. Fluxuri eficiente de comunicare internă
3. Crearea unui ghid intern de comunicare digitală
4. Profilul Google Business și prezența în LinkedIn
5. Rețele relevante: Google, Facebook, LinkedIn, Tik tok, Instagram
6. Imaginea managerului în social media
7. Activități practice

Securitate digitală aplicată
5 module

1. Riscuri curente: phishing, parole slabe
2. Măsuri simple: 2FA, backup, parole puternice
3. GDPR aplicat concret în companii
4. Ghid de bune practici pentru echipă
5. Activitati practice

Decizii bazate pe date, KPI și Business Intelligence
6 module

1. Fundamentele managementului digital și decizii bazate pe date
2. Evidența și raportarea datelor cu Excel
3. Indicatori de performanță (KPI) și introducere în dashboards
4. Construirea de dashboards simple cu Google Sheets și Data Studio
5. Managementul relației cu clienții și optimizarea operațională
6. Aplicații practice: Business Intelligence și crearea unui dashboard CRM

AI, automatizare și marketing digital
7 module

1. Introducere în AI și RPA
2. Automatizare: noțiuni introductive
3. Instrumente AI pentru productivitate
4. Canale de promovare: SEO, Ads, Social Media
5. Postări promoționale cu GPT și Canva
6. Calendar de conținut pentru o lună
7. Activități practice

journeys

Colecția **Formare profesională și Training**

1 Temă
3 Module

Tehnici de prezentare
3 module

1. Storytelling
2. Prezentări de succes
3. Public Speaking

journeys

Colecția

Sustenabilitate pentru mediul de afaceri

1 Temă
6 Module

Fundamentele sustenabilității
6 module

1. Ce este sustenabilitatea
2. Reglementarea sustenabilității
3. Instrumente și metrici pentru sustenabilitate
4. Analiza de impact
5. Economia circulară
6. Integrarea sustenabilității în companie

Noi teme în curând!

MANAGEMENTUL PROIECTULUI
Testarea proiectului
Testarea proiectului
1. Introducere
journeys

journeys