



## Zielone kompetencje dla osób starszych – podnoszenie świadomości i kształtowanie proekologicznych zachowań

Numer usługi 2024/10/26/118827/2382629

5 450,00 PLN brutto

5 450,00 PLN netto

136,25 PLN brutto/h

136,25 PLN netto/h

FIRMA "PROJEKT"  
MARTA URBAŃSKA  
-CENTRUM  
KSZTAŁCENIA  
KADR



📍 Szczepkowo Borowe / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 40 h

📅 25.11.2024 do 04.12.2024

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Ekologia i rolnictwo / Ochrona środowiska
<b>Sposób dofinansowania</b>	wsparcie dla osób indywidualnych
<b>Grupa docelowa usługi</b>	Osoby chcące podnieść własną świadomość ekologiczną i zyskać wiedzę oraz umiejętności w zakresie zielonych kompetencji
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	2
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	15
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	24-11-2024
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	40
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

## Cel

### Cel edukacyjny

- Podniesienie świadomości ekologicznej – przekazanie podstawowej wiedzy na temat globalnych i lokalnych problemów ekologicznych.
- Rozwinięcie umiejętności praktycznych – nauka, jak wprowadzać proekologiczne działania w codzienne życie.
- Zrozumienie roli jednostki w ochronie środowiska – podkreślenie wpływu działań na ochronę środowiska.

- Zachęcenie do wdrażania ekologicznych nawyków
- Integracja międzypokoleniowa w zakresie ekologii – inspiracja do dzielenia się wiedzą z rodziną.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
- Rozróżnia zasady uzyskiwania energii z odnawialnych źródeł;	- Charakteryzuje rodzaje energii pozyskiwanej ze źródeł odnawialnych	Test teoretyczny
- Wskazuje zasady segregacji odpadów i wykorzystuje zasady nowoczesnej gospodarki odpadami.	- Opisuje zasady segregacji odpadów i wykorzystuje zasady nowoczesnej gospodarki odpadami.	Test teoretyczny
- Określa zakres globalnych i lokalnych problemów ekologicznych.	- Określa zakres globalnych i lokalnych problemów ekologicznych.	Test teoretyczny
- Wskazuje, czym są zielone kompetencje i potrafi je wymienić	- Identyfikuje zakres zielonych kompetencji	Test teoretyczny
- Opisuje rolę jednostki w ochronie środowiska	- Identyfikuje rolę jednostki w ochronie środowiska	Test teoretyczny

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

**Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?**

Tak. Wystawiony dokument potwierdza uzyskanie kompetencji oraz zawiera opis efektów uczenia się.

**Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?**

Tak. Wystawiony dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji.

**Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?**

Tak. Wystawiony dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

## Program

Program Szkolenia:

Szkolenia odbywają się codziennie w godzinach od 8 do 13. Przerwy są wliczone w czas odbywania się szkolenia.

### **Dzień 1: Wprowadzenie do ekologii**

- Wprowadzenie do ekologii: podstawowe pojęcia, takie jak ślad węglowy, zmiany klimatu, zanieczyszczenia.
- Przerwa.
- Omówienie wpływu codziennych działań na środowisko.
- Przerwa.
- Dyskusja na temat śladu węglowego i działań proekologicznych.

### **Dzień 2: Woda i energia**

- Omówienie metod oszczędzania wody w codziennym życiu.
- Przerwa.
- Praktyczne sposoby oszczędzania energii w domu.
- Przerwa.
- Symulacja zmniejszenia zużycia zasobów na co dzień.

### **Dzień 3: Odpady i recykling**

- Znaczenie recyklingu i segregacji odpadów.
- Przerwa.
- Ćwiczenia praktyczne: segregacja odpadów.
- Przerwa.
- Przegląd lokalnych punktów zbiórki i zasad recyklingu.

### **Dzień 4: Zrównoważone zakupy**

- Podstawy ekologicznych wyborów zakupowych.
- Przerwa.
- Ćwiczenia w rozpoznawaniu certyfikatów ekologicznych.
- Przerwa.
- Omówienie ekologicznych alternatyw produktowych.

### **Dzień 5: Domowy ogród i rośliny dla środowiska**

- Znaczenie roślin i domowych ogródków dla środowiska.
- Przerwa.
- Warsztaty: zakładanie domowego zielnika.
- Przerwa.
- Sadzenie roślin, w tym roślin antysmogowych.

### **Dzień 6: Ekologiczne poruszanie się**

- Wpływ transportu na środowisko naturalne.
- Przerwa.
- Omówienie ekologicznych środków transportu.
- Przerwa.

- Planowanie codziennych tras i wybór ekologicznych rozwiązań.

### Dzień 7: Zdrowe jedzenie a ekologia

- Wpływ wyborów żywieniowych na środowisko.
- Przerwa.
- Planowanie ekologicznego jadłospisu.
- Przerwa.
- Warsztaty kulinarne: ekologiczne przepisy.

### Dzień 8: Plan działania i podsumowanie

- Omówienie głównych pojęć z kursu i podsumowanie zdobytej wiedzy.
- Przerwa.
- Praca nad indywidualnymi planami działań ekologicznych.
- Przerwa.
- Podsumowanie kursu, wręczenie certyfikatów i rozdanie materiałów edukacyjnych.

Program szkolenia jest zaplanowany w taki sposób, aby zapewnić uczestnikom zarówno teoretyczną wiedzę, jak i praktyczne umiejętności potrzebne do skutecznego wdrażania odnawialnych źródeł energii i zasad zielonej transformacji w zarządzaniu odpadami w piekarniach i cukierniach. Walidacja będzie prowadzona przez osobę inną niż prowadzący zajęcia.

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 40

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 40</b> Wprowadzenie do ekologii: podstawowe pojęcia, takie jak ślad węglowy, zmiany klimatu, zanieczyszczenia	Marta Urbańska	25-11-2024	08:00	09:20	01:20
<b>2 z 40</b> Przerwa	Marta Urbańska	25-11-2024	09:20	09:30	00:10
<b>3 z 40</b> Omówienie wpływu codziennych działań na środowisko.	Marta Urbańska	25-11-2024	09:30	11:20	01:50
<b>4 z 40</b> Przerwa	Marta Urbańska	25-11-2024	11:20	11:30	00:10

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 40 Dyskusja na temat śladu węglowego i działań proekologicznych	Marta Urbańska	25-11-2024	11:30	13:00	01:30
6 z 40 Omówienie metod oszczędzania wody w codziennym życiu	Marta Urbańska	26-11-2024	08:00	09:20	01:20
7 z 40 Przerwa	Marta Urbańska	26-11-2024	09:20	09:30	00:10
8 z 40 Praktyczne sposoby oszczędzania energii w domu	Marta Urbańska	26-11-2024	09:30	11:20	01:50
9 z 40 Przerwa	Marta Urbańska	26-11-2024	11:20	11:30	00:10
10 z 40 Symulacja zmniejszenia zużycia zasobów na co dzień	Marta Urbańska	26-11-2024	11:30	13:00	01:30
11 z 40 Znaczenie recyklingu i segregacji odpadów	Marta Urbańska	27-11-2024	08:00	09:20	01:20
12 z 40 Przerwa	Marta Urbańska	27-11-2024	09:20	09:30	00:10
13 z 40 Ćwiczenia praktyczne: segregacja odpadów	Marta Urbańska	27-11-2024	09:30	11:20	01:50
14 z 40 Przerwa	Marta Urbańska	27-11-2024	11:20	11:30	00:10
15 z 40 Przegląd lokalnych punktów zbiórki i zasad recyklingu	Marta Urbańska	27-11-2024	11:30	13:00	01:30
16 z 40 Podstawy ekologicznych wyborów zakupowych	Marta Urbańska	28-11-2024	08:00	09:20	01:20

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
17 z 40 Przerwa	Marta Urbańska	28-11-2024	09:20	09:30	00:10
18 z 40 Ćwiczenia w rozpoznawaniu certyfikatów ekologicznych	Marta Urbańska	28-11-2024	09:30	11:20	01:50
19 z 40 Przerwa	Marta Urbańska	28-11-2024	11:20	11:30	00:10
20 z 40 Omówienie ekologicznych alternatyw produktowych	Marta Urbańska	28-11-2024	11:30	13:00	01:30
21 z 40 Znaczenie roślin i domowych ogródków dla środowiska	Marta Urbańska	29-11-2024	08:00	09:20	01:20
22 z 40 Przerwa	Marta Urbańska	29-11-2024	09:20	09:30	00:10
23 z 40 Omówienie zasad zakładania domowego zielnika	Marta Urbańska	29-11-2024	09:30	11:20	01:50
24 z 40 Przerwa	Marta Urbańska	29-11-2024	11:20	11:30	00:10
25 z 40 Omówienie roślin, w tym roślin antysmogowych	Marta Urbańska	29-11-2024	11:30	13:00	01:30
26 z 40 Wpływ transportu na środowisko naturalne	Marta Urbańska	02-12-2024	08:00	09:20	01:20
27 z 40 Przerwa	Marta Urbańska	02-12-2024	09:20	09:30	00:10
28 z 40 Omówienie ekologicznych środków transportu	Marta Urbańska	02-12-2024	09:30	11:20	01:50
29 z 40 Przerwa	Marta Urbańska	02-12-2024	11:20	11:30	00:10

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
30 z 40 Planowanie codziennych tras i wybór ekologicznych rozwiązań	Marta Urbańska	02-12-2024	11:30	13:00	01:30
31 z 40 Wpływ wyborów żywieniowych na środowisko.	Marta Urbańska	03-12-2024	08:00	09:20	01:20
32 z 40 Przerwa	Marta Urbańska	03-12-2024	09:20	09:30	00:10
33 z 40 Planowanie ekologicznego jadłospisu	Marta Urbańska	03-12-2024	09:30	11:20	01:50
34 z 40 Przerwa	Marta Urbańska	03-12-2024	11:20	11:30	00:10
35 z 40 Tworzenie ekologicznych przepisów – warsztaty	Marta Urbańska	03-12-2024	11:30	13:00	01:30
36 z 40 – Omówienie głównych pojęć z kursu i podsumowanie zdobytej wiedzy	Marta Urbańska	04-12-2024	08:00	09:20	01:20
37 z 40 Przerwa	Marta Urbańska	04-12-2024	09:20	09:30	00:10
38 z 40 Praca nad indywidualnymi planami działań ekologicznych	Marta Urbańska	04-12-2024	09:30	11:20	01:50
39 z 40 Przerwa	Marta Urbańska	04-12-2024	11:20	11:30	00:10
40 z 40 Walidacja, podsumowanie kursu, wręczenie certyfikatów i rozdanie materiałów edukacyjnych.	-	04-12-2024	11:30	13:00	01:30

# Cennik

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 450,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 450,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	136,25 PLN
Koszt osobogodziny netto	136,25 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Marta Urbańska

W 2014 roku ukończyła kurs pedagogiczny dla instruktorów praktycznej nauki zawodu. Studia podyplomowe OZE -WSKZ -2019 r. Kurs trener -wykładowca CKK -2019 R. Szkolenia z zakresu OZE i Audytu energetycznego 2019-2023 r. 150 h szkoleń dla Firmy COCONUT, PROGRES i PROJEKT. Szkolenia z GOZ dla Firm Krawczyk, Armon Bis , Soslform , AGRO-BUD 123 h szkoleń . Nadzorowała realizację i weryfikowała efekty 8 szkoleń, które były przeprowadzane przez jej firmę.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymają materiały na temat odnawialnych źródeł energii, zasad gospodarowania odpadami - skrypt w formie elektronicznej przekazany po zakończonym kursie.

Test końcowy prowadzony jest przez osobę inną niż prowadzący szkolenie.

Po ukończeniu szkolenia uczestnicy otrzymują certyfikaty.

### Informacje dodatkowe

Aby zaliczyć szkolenie niezbędne jest spełnienie wymagań:

- 100% obecności na zajęciach realizowanych zgodnie z programem szkolenia,
- aktywny udział w zajęciach,
- pozytywna ocena nabytej wiedzy i umiejętności określona na podstawie testu końcowego.
- przerwy wliczone są w czas trwania usługi.



Walidacja prowadzona jest przez osobę inną niż osoba prowadząca usługę. Zajęcia zaplanowano w taki sposób, aby maksymalizować aktywność uczestników i ich działania własne. Zaplanowano również zajęcia w formie wykładowej uposażające uczestników w zakres wiedzy teoretycznej.

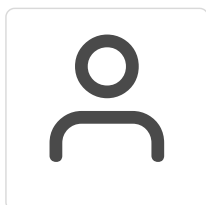
## Adres

Szczepkowo Borowe 48  
13-111 Szczepkowo Borowe  
woj. warmińsko-mazurskie

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

## Kontakt



**Marta Urbańska**

**E-mail** [1omegamroz@gmail.com](mailto:1omegamroz@gmail.com)

**Telefon** (+48) 667 498 940