



CPW Spółka z
ograniczoną
odpowiedzialnością



Szkolenie "Zielony Instagram" – budowanie marki osobistej i tworzenie Reels z uwzględnieniem zielonych kompetencji

Numer usługi 2025/04/15/118781/2692323

📍 Radlin / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 30.07.2025 do 31.07.2025

4 600,00 PLN brutto

4 600,00 PLN netto

287,50 PLN brutto/h

287,50 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Marketing
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Grupa docelowa: Szkolenie skierowane jest do: • menedżerów • specjalistów ds. promocji i marketingu, • osób początkujących i średniozaawansowanych w działaniach w mediach społecznościowych, • osób, które chcą rozwijać swoje kompetencje cyfrowe i zielone, z myślą o przyszłej pracy z uwzględnieniem proekologicznych rozwiązań oraz zasad zrównoważonego rozwoju.
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	29-07-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	16
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestników do profesjonalnego działania na Instagramie poprzez:

- budowanie marki osobistej oraz tworzenie angażujących treści (w tym Reels),
- rozwijanie umiejętności cyfrowych z zakresu planowania, montażu i publikacji materiałów wideo,
- nabycie zielonych kompetencji związanych z odpowiedzialną i zrównoważoną komunikacją w mediach społecznościowych (m.in. ekomarketing, świadoma konsumpcja cyfrowa, cyfrowy minimalizm, etyczne podejście do treści wizualnych i

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Nazywa zasady zrównoważonej komunikacji w mediach społecznościowych.	Nazywa co najmniej trzy zasady zielonej komunikacji, takie jak: autentyczność przekazu, minimalizm w tworzeniu treści oraz etyczne podejście do promocji (np. brak greenwashingu).	Test teoretyczny
Definiuje pojęcie zielonych kompetencji w kontekście marketingu cyfrowego.	Definiuje termin „zielone kompetencje” i podaje ich zastosowanie w promocji online: tworzenie kampanii edukacyjnych o tematyce środowiskowej, użycie treści promujących zrównoważony styl życia.	Test teoretyczny
Wymienia narzędzia cyfrowe do tworzenia treści zrównoważonych.	Wymienia co najmniej trzy konkretne narzędzia/aplikacje, np. Canva (grafiki), CapCut (montaż wideo), Meta Business Suite (planowanie postów z ograniczeniem zasobów).	Test teoretyczny
Wymienia przykłady treści wspierających edukację ekologiczną w social mediach.	Wymienia minimum cztery rodzaje treści, np.: infografiki o ograniczaniu plastiku, Reels promujące eko-wybory, stories o recyklingu, posty o minimalizmie cyfrowym.	Test teoretyczny
Wymienia wartości związane z odpowiedzialnym tworzeniem treści cyfrowych.	Wymienia minimum trzy wartości, np. transparentność, uczciwość, ekoodpowiedzialność.	Test teoretyczny
Planuje harmonogram publikacji treści z uwzględnieniem ekologicznego przekazu.	Tworzy miesięczny plan treści zawierający min. pięć postów o tematyce proekologicznej.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Projektuje treści wizualne promujące wartości prośrodowiskowe.	Tworzy grafikę w Canvie promującą ekologiczny produkt lub ideę.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Montuje materiały wideo z wykorzystaniem aplikacji mobilnych (np. CapCut).	Tworzy Reels, zgodnie z poznanymi zasadami storytellingu.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Optimalizuje profil na Instagramie zgodnie z założeniami strategii ESG.	Uzupełnia i modyfikuje bio, highlights i inne elementy profilu z uwzględnieniem ESG.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Analizuje skuteczność opublikowanych treści.	Interpretuje statystyki co najmniej dwóch opublikowanych treści.	Analiza dowodów i deklaracji
Organizuje kampanię informacyjną w social media z elementami zielonego przekazu.	Przedstawia plan kampanii uwzględniający wartości proekologiczne.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Wykorzystuje storytelling do promocji zrównoważonych produktów i usług.	Tworzy narrację opartą na wartościach ESG, gotową do publikacji jako post lub Reels.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Definiuje znaczenie własnej roli jako twórcy treści w kontekście wpływu społecznego i środowiskowego.	Wymienia co najmniej trzy konsekwencje tworzenia treści cyfrowych, np.: kształtowanie postaw odbiorców, promowanie proekologicznych zachowań, wpływ na nadkonsumpcję i ślad węglowy.	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

Zaświadczenie wydane po ukończeniu szkolenia zawiera opis zakresu umiejętności i efektów nauki, które kursant nabył w trakcie szkolenia.

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

Zaświadczenie wydane po ukończeniu szkolenia zawiera potwierdzenie, że przeprowadzono walidację szkolenia, w trakcie jego trwania - w oparciu o kryteria zawarte w efektach uczenia się.

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

Zaświadczenie wydane po ukończeniu szkolenia potwierdza, że w trakcie szkolenia zastosowano rozdzielenie procesu kształcenia i walidacji.

Program

Szkolenie będzie miało **formę głównie warsztatową**. Uczestnicy będą pracować nad swoimi projektami, tworzyć ekologiczny content, analizować efektywność działań na różnych platformach społecznościowych oraz zdobywać praktyczne umiejętności w zakresie nagrywania i edycji Reels.

Będą również wyposażeni w niezbędne narzędzia i techniki do efektywnego planowania i publikowania treści.

Forma warsztatowa zapewni realizację celu edukacyjnego usługi.

Usługa będzie realizowana w godzinach zegarowych.

Uwaga dotycząca harmonogramu:

Przerwy ustalone zostały na godzinę **13:00. – 13:30**. Biorąc pod uwagę charakter warsztatowy szkolenia, godzina ta może zostać dostosowana do potrzeb uczestników. Przerwy wliczają się w czas trwania usługi rozwojowej.

Zakres szkolenia i zdobywane kompetencje zielone:

Na podstawie bazy ESCO uczestnicy rozwiną następujące zielone umiejętności:

- Projektowanie zrównoważonych kampanii marketingowych,
- Promowanie zachowań proekologicznych za pomocą mediów społecznościowych,
- Stosowanie zasad cyfrowego minimalizmu i świadomego wykorzystania zasobów cyfrowych,
- Tworzenie i publikacja treści wspierających edukację ekologiczną,
- Wykorzystywanie narzędzi cyfrowych do wzmacniania przekazu na rzecz ochrony środowiska,
- Uwzględnianie aspektów środowiskowych przy tworzeniu strategii komunikacyjnych,
- Rozwijanie kompetencji w zakresie zrównoważonego rozwoju w przestrzeni cyfrowej.

Szczegółowy program szkolenia:

DZIEŃ 1: Budowanie marki osobistej i strategii komunikacji na Instagramie

Część teoretyczna:

- Wprowadzenie do roli Instagrama w zielonej gospodarce – jak social media mogą wspierać transformację ekologiczną.
- Twoja marka osobista – definicja, misja, wartości, zielony wyróżnik.
- Grupa docelowa i ekospołeczność – identyfikacja odbiorców oraz ich potrzeb.
- Algorytm Instagrama – jak działa i jak go zrozumieć, aby wspierał zrównoważoną komunikację.
- Lejek sprzedażowy w modelu ESG – jak prowadzić odpowiedzialną sprzedaż i budować zaangażowanie.
- Ekologiczny storytelling i zielona narracja w komunikacji marki.
- Optymalizacja konta – bio, linki, highlights, zielone hashtagi.

Część praktyczna:

- Planowanie zielonego contentu – kalendarz treści z uwzględnieniem kampanii edukacyjnych i CSR.
- Instagram Stories – praktyczne wykorzystanie zrównoważonych formatów.
- Canva i CapCut – podstawy tworzenia estetycznych i „ekoświadomych” grafik oraz wideo.
- Minimalistyczna estetyka w social mediach – jak tworzyć mniej, ale lepiej.

Zielone umiejętności wplecione w moduły:

- Ekomarketing, cyfrowy minimalizm, zrównoważona konsumpcja treści, świadoma obecność w mediach społecznościowych, projektowanie zorientowane na użytkownika.

DZIEŃ 2: Tworzenie Reels i wideo promujących zielone idee

Część teoretyczna:

- Reels jako narzędzie edukacji ekologicznej i budowania świadomości.
- Typy Reels i ich potencjał w budowaniu zaangażowania wokół tematów środowiskowych.
- Nagrywanie ekologicznych wideo – efektywność, prostota, przekaz.
- Pomysły na zielone Reels – jak opowiadać o produktach, usługach lub działaniach z perspektywy zrównoważonego rozwoju.
- Odpowiedzialność cyfrowa i etyka treści wideo.

Część praktyczna:

- Tworzenie Reels od A do Z – nagrywanie, montaż, dodawanie muzyki i napisów.
- Reels mówione – tworzenie edukacyjnych treści z przesłaniem.
- Narzędzia do edycji (CapCut) i optymalizacja treści pod kątem przekazu ESG.
- Publikacja i analiza Reels – jak mierzyć zasięg i wpływ społeczny.
- Zasady efektywnego wykorzystania sprzętu przy zachowaniu niskiego śladu węglowego.

Zielone umiejętności wplecione w moduły:

- Cyfrowa efektywność, świadomość wpływu treści na środowisko, odpowiedzialne projektowanie treści, ekokomunikacja wizualna, narracja wizualna wspierająca zmianę społeczną.

Forma realizacji:

Szkolenie prowadzone w maksymalnie 12-osobowych grupach. Uczestnicy otrzymują skrypt szkoleniowy, materiały pomocnicze oraz dostęp do wybranych narzędzi. Szkolenie odbywa się stacjonarnie – sala wyposażona w TV, głośnik, Wi-Fi.

Brak wymagań wstępnych.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 13

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 13 Wprowadzenie do social media w zielonej transformacji. Wartości, misja, wizja działań.	Karolina Kirszniak	30-07-2025	09:00	10:30	01:30
2 z 13 Grupa docelowa i storytelling. Algorytm Instagrama i zrównoważone treści.	Karolina Kirszniak	30-07-2025	10:30	12:00	01:30
3 z 13 Praca warsztatowa – planowanie ekologicznego contentu, ćwiczenia.	Karolina Kirszniak	30-07-2025	12:00	13:00	01:00
4 z 13 Przerwa	Karolina Kirszniak	30-07-2025	13:00	13:30	00:30
5 z 13 Praktyka z Canvą – grafika w stylu cyfrowego minimalizmu.	Karolina Kirszniak	30-07-2025	13:30	15:00	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 13 Praca z Instagram Stories i harmonogramem publikacji.	Karolina Kirszniak	30-07-2025	15:00	17:00	02:00
7 z 13 Reels jako narzędzie eko-edukacji. Typy treści, przekaz, estetyka.	Karolina Kirszniak	31-07-2025	09:00	10:30	01:30
8 z 13 Pomysły na Reels, planowanie, strategię wizualne i audio.	Karolina Kirszniak	31-07-2025	10:30	12:00	01:30
9 z 13 Montaż i edycja – praca w CapCut, ćwiczenia.	Karolina Kirszniak	31-07-2025	12:00	13:00	01:00
10 z 13 Przerwa	Karolina Kirszniak	31-07-2025	13:00	13:30	00:30
11 z 13 Praktyka – tworzenie Reels mówionych z przesłaniem ESG.	Karolina Kirszniak	31-07-2025	13:30	15:00	01:30
12 z 13 Publikacja treści i analiza statystyk. Omówienie i korekta projektów uczestników.	Karolina Kirszniak	31-07-2025	15:00	16:30	01:30
13 z 13 Walidacja efektów uczenia się	-	31-07-2025	16:30	17:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
-------------	------

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 600,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 600,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	287,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	287,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Karolina Kirszniak

Doświadczenie zawodowe:

Od 2020 roku specjalizuje się w tworzeniu treści cyfrowych, prowadzeniu komunikacji w mediach społecznościowych oraz projektowaniu materiałów wizualnych dla różnych branż, w tym edukacyjnej, usługowej i prospołecznej. Od kilku lat zajmuje się także projektowaniem kampanii promocyjnych z elementami zrównoważonego rozwoju oraz prowadzeniem szkoleń i warsztatów z zakresu digital marketingu, świadomego projektowania contentu i efektywnego wykorzystania narzędzi cyfrowych. Przeprowadziła liczne szkolenia z zakresu budowania marki osobistej, tworzenia treści wizualnych i komunikacji online.

Szkolenia i kwalifikacje:

- Szkolenie „Nowoczesny marketing w social media” – Agata Koman (16.01.2020),
- Szkolenie „Nowoczesny video marketing” – Agata Koman (2021),
- Ukończenie Akademii Canvy (2022) – potwierdzenie kompetencji w zakresie tworzenia treści wizualnych.

Trenerka posiada kwalifikacje i doświadczenie potwierdzające kompetencje w obszarach: budowania marki osobistej, tworzenia treści cyfrowych (w tym Reels), komunikacji proekologicznej, ekomarketingu, storytellingu opartego na wartościach ESG, cyfrowego minimalizmu oraz planowania i analizy kampanii online. Profil zawodowy oraz zakres ukończonych szkoleń są zgodne z tematyką i celem edukacyjnym usługi rozwojowej.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik otrzymuje skrypt szkoleniowy, materiały do ćwiczeń podczas szkolenia.

Każdy uczeznik powinien posiadać smartfona (zalecany Iphone) oraz laptopa. Wytyczne informacje dot. potrzebnych aplikacji (wszystkie w wersji bezpłatnej) kursant otrzyma przez szkoleniem.

Informacje dodatkowe

„Usługa rozwojowa będzie na dzień prowadzenia szkolenia spełniać aktualne wymogi dot. przestrzegania obostrzeń związanych z COVID 19, zgodnie z obowiązującymi wytycznymi <https://www.gov.pl/web/koronawirus/aktualne-zasady-i-ograniczenia>.”

"Dostawa towarów lub świadczenie usług zwolnionych od podatku VAT na podstawie art.113 ust. 1 i 9 ustawy o VAT"

" zgodnie z treścią art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11.03.2004r.o podatku od towarów i usług (Dz.U. 2011.177.1054 z późn. zm.)- w całości"

lub

zgodnie z treścią § 3 ust. 1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz. U. z 2013 r. poz. 1722 ze zm.)- co najmniej 70%"

Adres

ul. Rybnicka 347

44-310 Radlin

woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Agnieszka Fibic

E-mail cpw.fibic@gmail.com

Telefon (+48) 606 910 328