



AGAT CENTRUM
ROZWOJU
KOMPETENCJI
KONRAD
FÓRMAŃSKI

★★★★★ 4,9 / 5

1 394 oceny

Szkolenie: Inteligentna Ekologia: Jak AI wspiera zrównoważony rozwój osobisty w miejscu pracy

Numer usługi 2025/06/23/132248/2830199

📍 Tychy / mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

📄 Usługa szkoleniowa

🕒 18 h

📅 19.08.2025 do 28.08.2025

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

277,78 PLN brutto/h

277,78 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób zainteresowanych psychologią, rozwojem osobistym oraz świadomym wykorzystaniem nowych technologii w środowisku zawodowym. W szczególności zapraszamy pracowników biurowych i administracyjnych, nauczycieli, edukatorów, trenerów rozwoju osobistego, a także specjalistów HR i wellbeing. Uczestnikami mogą być zarówno osoby pracujące w instytucjach publicznych, firmach prywatnych i organizacjach pozarządowych, jak i ci, którzy planują przebranżowienie lub poszerzenie kompetencji w obszarze zrównoważonego rozwoju psychologicznego, eko-innowacji oraz etycznego i świadomego wykorzystania sztucznej inteligencji. Program jest odpowiedni dla osób chcących rozwijać kompetencje miękkie w kontekście transformacji cyfrowej i zielonej, niezależnie od poziomu zaawansowania technologicznego.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

20

Data zakończenia rekrutacji

18-08-2025

Forma prowadzenia usługi

mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

Liczba godzin usługi

18

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Usługa prowadzi do nabycia umiejętności wykorzystywania AI w celu wspierania zielonej transformacji i zrównoważonego rozwoju osobistego w środowisku pracy. Uczestnik projektuje proekologiczne rozwiązania, optymalizuje procesy biurowe, wzmacnia świadomość ekologiczną i psychiczną, analizuje wpływ działań na środowisko oraz rozwija kompetencje w obszarze etycznego i odpowiedzialnego działania.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza: Definiuje podstawowe pojęcia związane z AI i zielonymi kompetencjami	Poprawnie wyjaśnia pojęcia: AI, ML, SDGs, ESG, zielone kompetencje	Test teoretyczny
Wiedza: Analizuje rolę AI w zrównoważonym rozwoju	Wskazuje przykłady użycia AI wspierające SDGs i ESG	Test teoretyczny
Wiedza: Organizuje wiedzę o narzędziach wspierających działania ekologiczne	Rozróżnia narzędzia i przypisuje im konkretne zastosowania	Test teoretyczny
Umiejętności: Stosuje AI do ograniczenia zużycia zasobów	Przedstawia zastosowanie konkretnych narzędzi AI w praktyce (np. OCR, automatyzacja dokumentów)	Analiza dowodów i deklaracji
Umiejętności: Projektuje eko-komunikaty z użyciem AI	Tworzy komunikat (newsletter, post, plakat) przy użyciu wskazanego narzędzia	Analiza dowodów i deklaracji
Umiejętności: Organizuje workflow w duchu Green IT	Prezentuje przykładowy schemat procesu pracy biurowej z uwzględnieniem optymalizacji	Analiza dowodów i deklaracji
Umiejętności: Analizuje dane środowiskowe i tworzy raport	Opracowuje prosty raport lub symulację (np. ślad węglowy, zużycie energii)	Analiza dowodów i deklaracji
Kompetencje społeczne: Współpracuje w planowaniu działań proekologicznych	Angażuje się w projekt grupowy, współtworzy rozwiązania	Analiza dowodów i deklaracji
Kompetencje społeczne: Komunikuje ideę proekologiczną w środowisku pracy	Jasno i przekonująco prezentuje własne rozwiązania	Analiza dowodów i deklaracji
Kompetencje społeczne: Organizuje działania z uwzględnieniem odpowiedzialności środowiskowej	Przedstawia działania, które planuje wdrożyć po szkoleniu	Analiza dowodów i deklaracji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Kompetencje społeczne: Analizuje etyczne aspekty korzystania z AI	Formułuje własną opinię na temat etycznego korzystania z AI	Analiza dowodów i deklaracji

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

TAK

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

TAK

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

TAK

Program

BLOK I: Wprowadzenie do AI i zielonych kompetencji

1.AI jako narzędzie wspierające zieloną transformację w pracy biurowej

- Wprowadzenie do AI (sztuczna inteligencja, uczenie maszynowe)
- Zielone kompetencje: czym są, dlaczego są potrzebne w pracy biurowej
- Jak AI wspiera cele zrównoważonego rozwoju (SDGs)

2. Redukcja zasobów w pracy biurowej z pomocą AI

- Jak ograniczyć zużycie papieru, energii, plastiku dzięki cyfrowym rozwiązaniom
- Przykładowe narzędzia: OCR, automatyczne raporty, cyfrowy obieg dokumentów
- Ćwiczenie: analiza swojego biurowego dnia pracy pod kątem eko-optymalizacji

3. Planowanie komunikacji proekologicznej z pomocą AI

- Tworzenie treści promujących zrównoważony rozwój (np. eko-newslettery, plakaty)
- Praca z ChatGPT, Canva AI, Copy.ai
- Ćwiczenie: opracowanie komunikatu o proekologicznym działaniu w firmie

BLOK II: Projekty ESG i zarządzanie ekologicznymi działaniami

1.Zarządzanie projektami proekologicznymi z pomocą AI

- Jak AI wspiera planowanie, monitorowanie i analizę wpływu środowiskowego
- Automatyzacja harmonogramów, narzędzia typu Notion AI, Asana AI

- Ćwiczenie: zaplanowanie mini-projektu „zielonego biura”

2. Edukacja ekologiczna i zaangażowanie pracowników z pomocą AI

- Tworzenie quizów, chatbotów, prostych kampanii edukacyjnych
- Przykłady: edukacja klimatyczna, zielone biuro, less waste
- Ćwiczenie: zbuduj prostego chatbota promującego eko-nawyki

3. AI w optymalizacji procesów biurowych – jak działać mądrzej i czystiej

- Automatyzacja zadań, czysta komunikacja cyfrowa
- Redukcja zbędnych spotkań i e-maili z pomocą AI
- Ćwiczenie: zaprojektuj bardziej ekologiczny workflow dla swojego działu

BLOK III: Monitorowanie, raportowanie i tworzenie zielonych strategii

1. Monitorowanie wpływu środowiskowego – jak AI wspiera raportowanie ESG

- Kalkulacja śladu węglowego, analiza danych zużycia energii
- Narzędzia do zbierania i raportowania danych: Excel AI, ClimateOS
- Ćwiczenie: symulacja raportu zużycia energii przez zespół

2. Tworzenie strategii zrównoważonego rozwoju z wykorzystaniem AI

- Jak AI wspiera długoterminowe myślenie: prognozowanie, ryzyka, optymalizacje
- Tworzenie mapy zmian środowiskowych
- Ćwiczenie: wyznacz cele eko dla swojego działu i wskaż wsparcie AI

3. Etyka i odpowiedzialność w używaniu AI dla ekologii

- Czy AI jest „zielona”? Ślad energetyczny modeli AI
- Jak wybierać odpowiedzialne narzędzia
- Dyskusja: odpowiedzialność użytkownika, firmy, producenta

BLOK IV: Prezentacja projektów i praktyczne wdrożenie

1. Praca projektowa – „Zielona zmiana z AI”

- Uczestnicy pracują indywidualnie lub w parach nad rozwiązaniem
- Tematy: ograniczenie zużycia energii, zmniejszenie śladu papierowego, edukacja ekologiczna, itp.

2. Prezentacja projektów uczestników

- Prezentacje i mini-pitching pomysłów
- Feedback od trenera i grupy
- Dyskusja: co można wdrożyć już jutro?

WALIDACJA I ZAKOŃCZENIE SZKOLENIA

- Podsumowanie nabytej wiedzy i umiejętności
- Autoewaluacja – co uczestnik wdroży w pracy
- Ankieta ewaluacyjna
- Rekomendacje dalszego rozwoju kompetencji zielonych i cyfrowych

Dodatkowe informacje o usłudze:

- Usługa świadczona jest w godzinach zegarowych, gdzie jedna godzina odpowiada: 60 minut
- W polu "Liczba godzin usługi", wymiar czasowy szkolenia wyrażony jest w godzinach zegarowych
- Przerwy są wliczone w całkowity czas trwania usługi
- Metody aktywizujące: dyskusje grupowe, studia przypadków, obserwacja, ćwiczenia planowania integracji, analiza przypadków, warsztaty refleksyjne, role-playing
- Warunki organizacyjne: Zajęcia będą odbywały się w jednej grupie bez podziału na podgrupy, firma szkoleniowa zapewnia materiały szkoleniowe niezbędne do realizacji usługi
- Organizator zapewnia dostępność usługi rozwojowej dla osób ze szczególnymi potrzebami, zgodnie z obowiązującymi przepisami. Dostosowujemy nasze usługi do indywidualnych wymagań uczestników, aby zapewnić pełne uczestnictwo i komfort w trakcie szkolenia.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 16

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
1 z 16 AI jako narzędzie wspierające zieloną transformację w pracy biurowej	Natalia Gaweł	19-08-2025	16:00	17:30	01:30	Tak
2 z 16 Przerwa	Natalia Gaweł	19-08-2025	17:30	17:45	00:15	Tak
3 z 16 Redukcja zasobów w pracy biurowej z pomocą AI	Natalia Gaweł	19-08-2025	17:45	19:15	01:30	Tak
4 z 16 Planowanie komunikacji proekologiczn ej z pomocą AI	Natalia Gaweł	19-08-2025	19:15	20:30	01:15	Tak
5 z 16 Zarządzanie projektami proekologiczn ymi z pomocą AI	Natalia Gaweł	21-08-2025	16:00	17:30	01:30	Tak
6 z 16 Przerwa	Natalia Gaweł	21-08-2025	17:30	17:45	00:15	Tak
7 z 16 Edukacja ekologiczna i zaangażowani e pracowników z pomocą AI	Natalia Gaweł	21-08-2025	17:45	19:15	01:30	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
8 z 16 AI w optymalizacji procesów biurowych – jak działać mądrzej i czyściej	Natalia Gaweł	21-08-2025	19:15	20:30	01:15	Tak
9 z 16 Monitorowani e wpływu środowiskowe go – jak AI wspiera raportowanie ESG (online)	Natalia Gaweł	26-08-2025	16:00	17:30	01:30	Nie
10 z 16 Przerwa (online)	Natalia Gaweł	26-08-2025	17:30	17:45	00:15	Nie
11 z 16 Tworzenie strategii zrównoważon ego rozwoju z wykorzystanie m AI (online)	Natalia Gaweł	26-08-2025	17:45	19:15	01:30	Nie
12 z 16 Etyka i odpowiedzial ność w używaniu AI dla ekologii (online)	Natalia Gaweł	26-08-2025	19:15	20:30	01:15	Nie
13 z 16 Praca projektowa – „Zielona zmiana z AI” (online)	Natalia Gaweł	28-08-2025	16:00	17:30	01:30	Nie
14 z 16 Przerwa (online)	Natalia Gaweł	28-08-2025	17:30	17:45	00:15	Nie
15 z 16 Prezentacja projektów uczestników (online)	Natalia Gaweł	28-08-2025	17:45	20:00	02:15	Nie

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
16 z 16 WALIDACJA I ZAKOŃCZENIE SZKOLENIA (online)	-	28-08-2025	20:00	20:30	00:30	Nie

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	277,78 PLN
Koszt osobogodziny netto	277,78 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Natalia Gawel

Od listopada 2021 roku Natalia pracuje w szkole językowej BEST CJO jako lektorka języka angielskiego, a od października 2023 pełni funkcję Director of Studies (Dyrektor ds. metodycznych). Ukończyła studia licencjackie na kierunku English Philology (specjalizacja translatorska) na Uniwersytecie Opolskim w 2023 roku. Rok później rozpoczęła studia magisterskie z Kognitywistyki na Uniwersytecie Śląskim, gdzie poszerza wiedzę na temat Sztucznej Inteligencji i uczenia maszynowego – zarówno od strony technicznej, jak i poznawczej, analizując mechanizmy ludzkiego myślenia, które inspirują rozwój AI. W styczniu 2025 roku Natalia uczestniczyła w specjalistycznym szkoleniu z zakresu AI w edukacji, skierowanym do osób chcących rozwijać się z pomocą sztucznej inteligencji. Obecnie rozwija również kompetencje związane z zielonymi umiejętnościami oraz zastosowaniem AI w promowaniu zrównoważonego rozwoju w miejscu pracy. Natalia szczególnie angażuje się w propagowanie ekologicznej świadomości i wdrażanie praktyk, które pozwalają ograniczyć zużycie zasobów naturalnych w środowisku biurowym – m.in. poprzez automatyzację procesów, optymalizację zużycia energii i papieru oraz wspieranie cyfrowej transformacji z myślą o ochronie środowiska. W swojej pracy z uczestnikami szkoleń Natalia łączy wiedzę techniczną z praktycznym podejściem do wykorzystania AI w codziennych zadaniach biurowych, podkreślając rolę świadome

Posiada wykształcenie wyższe. Doświadczenie zdobył nie wcześniej niż 5 lat wstecz.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Skrypt materiałów szkoleniowych dostosowanych tematycznie do realizowanej usługi rozwojowej: *Szkolenie: Inteligentna Ekologia: Jak AI wspiera zrównoważony rozwój osobisty w miejscu pracy*

Warunki uczestnictwa

Znajomość obsługi komputera i Internetu w stopniu dobrym. Dzięki temu uczestnicy będą mogli w pełni korzystać z interaktywnych sesji szkoleniowych i narzędzi online.

Informacje dodatkowe

- Podstawą do rozliczenia usługi jest wygenerowanie z systemu raportu, umożliwiającego identyfikację obecności wszystkich uczestników oraz zastosowanego narzędzia.
- Walidacja zostanie przeprowadzona zdalnie. Materiały są zebrane i oddane osobie walidującej.

Warunki techniczne

Wymagania sprzętowe:

Warunki techniczne szkolenia realizowanego na platformie Microsoft Teams

1. Wymagania sprzętowe:

- Wymagany komputer PC lub Mac, Smartfon lub Tablet z systemem Android/iOS (wymagane pobranie aplikacji Microsoft Teams) z dostępem do internetu. Wymagania sprzętowe: Dual Core 2Ghz lub wyższy, 4gb ram (zalecane)
- Zalecana kamera internetowa oraz mikrofon dla udziału w sesjach wideo.

2. Przeglądarka internetowa:

- Zalecane przeglądarki: Google Chrome (zalecana), Mozilla Firefox, Safari.
- Wymagane zaktualizowane wersje przeglądarek dla optymalnej wydajności.

3. Stabilne połączenie internetowe:

- Dostęp do internetu o preferowanej szybkości min. 1 MB/s

4. Platforma Zoom:

- Konieczne pobranie i zainstalowanie najnowszej wersji aplikacji Microsoft Teams przed szkoleniem.
- Aktywne konto na platformie Microsoft Teams (możliwość utworzenia bezpłatnego konta).

5. System operacyjny:

- Kompatybilność z systemem Windows lub macOS.

6. Oprogramowanie dodatkowe:

- Zalecane zainstalowanie najnowszych wersji programów, takich jak przeglądarka, Java, Flash itp.

7. Dźwięk i słuchawki:

- Zalecane użycie głośników lub słuchawek z mikrofonem dla lepszej jakości dźwięku.
- Sprawdzenie działania dźwięku przed rozpoczęciem szkolenia.

8. Przygotowanie przed sesją:

- Testowanie sprzętu i połączenia przed planowanym szkoleniem.
- Zapewnienie cichego miejsca pracy dla minimalizacji zakłóceń.

9. Wsparcie techniczne:

- Zapewnienie kontaktu z pomocą techniczną w razie problemów podczas sesji.

10. Zaplanowane przerwy:

- Uwzględnienie krótkich przerw w grafiku dla odpoczynku uczestników.

Zapewnienie powyższych warunków technicznych umożliwi płynny przebieg szkolenia na platformie Zoom, zminimalizuje zakłócenia i zagwarantuje efektywną interakcję między prowadzącym a uczestnikami

Adres

ul. Mikołaja Kopernika 1B

43-100 Tychy

woj. śląskie

Kontakt



Konrad Fórmański

E-mail biuro@agat-szkolenia.pl

Telefon (+48) 575 958 545