



Zielone kompetencje w pracy pomocy kuchennej

Numer usługi 2025/08/25/17254/2959375

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

277,78 PLN brutto/h

277,78 PLN netto/h

Przemysław

Łaszczyk

Przedsiębiorstwo

Handlowo

Usługowo

Szkoleniowe ATUT

★★★★★ 4,8 / 5

133 oceny

📍 Jaworzno / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 18 h

📅 04.10.2025 do 05.10.2025

Informacje podstawowe

Kategoria

Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób dorosłych z woj. śląskiego: osób pracujących, poszukujących pracy i bezrobotnych, które chcą podjąć zatrudnienie jako pomoc kuchenna lub podnieść swoje kompetencje w tym zakresie. Adresatami są osoby zainteresowane zdobyciem praktycznych umiejętności z zakresu higieny, bezpieczeństwa pracy i ekologicznych praktyk w kuchni.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

10

Data zakończenia rekrutacji

03-10-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

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

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestników do efektywnej i bezpiecznej pracy na stanowisku pomocy kuchennej z uwzględnieniem zasad zrównoważonego rozwoju, ekologii i racjonalnego gospodarowania zasobami.

Efekty uczenia się oceniane będą poprzez test wiedzy, obserwację symulowaną oraz prezentację działań praktycznych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik stosuje zasady higieny i bezpieczeństwa pracy w kuchni w duchu zrównoważonego rozwoju.	przygotowuje stanowisko pracy, stosuje odzież ochronną, korzysta z ekologicznych środków czystości, przestrzega zasad BHP.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik wdraża ekologiczne praktyki w kuchni, ograniczając marnowanie żywności i segregując odpady	Segreguje odpady zgodnie z kategoriami, omawia sposoby ograniczania strat, wskazuje praktyczne rozwiązania zero waste	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik racjonalnie korzysta z wody, energii i produktów spożywczych, kierując się zasadami ekologii	Wskazuje sposoby oszczędzania wody i energii, planuje zadania ograniczając zużycie zasobów.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik organizuje stanowisko pracy zgodnie z zasadami ergonomii i zrównoważonego rozwoju	Aranżuje stanowisko pracy z minimalnym zużyciem materiałów i energii, dba o porządek i czystość.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wspiera kucharza w przygotowaniu posiłków z wykorzystaniem zdrowych i ekologicznych produktów	Wykonuje czynności pomocnicze (mycie, obróbka, porcjowanie), korzysta z produktów lokalnych i sezonowych, ogranicza odpady	Obserwacja w warunkach symulowanych
		Prezentacja
Rozróżnia produkty lokalne, sezonowe i ekologiczne oraz stosuje zasady ich przechowywania	Wskazuje przykłady produktów, omawia sposoby przechowywania, analizuje etykiety i certyfikaty	Prezentacja
Utrzymuje czystość i porządek w kuchni z uwzględnieniem ekologicznych środków i zasad racjonalnego gospodarowania wodą	Myje i dezynfekuje sprzęty oraz powierzchnie, stosuje ekologiczne środki czystości, ogranicza zużycie wody	Obserwacja w warunkach symulowanych
Współpracuje z zespołem kuchennym, promując kulturę pracy zgodną z zasadami ekologii i zrównoważonego rozwoju	Komunikuje się efektywnie w zespole, proponuje rozwiązania proekologiczne, wspiera realizację wspólnych zadań	Prezentacja
		Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Inne kwalifikacje

Uznane kwalifikacje

Pytanie 4. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji jest rozpoznawalny i uznawalny w danej branży/sektorze (czy certyfikat otrzymał pozytywne rekomendacje od co najmniej 5 pracodawców danej branży/sektorów lub związku branżowego, zrzeszającego pracodawców danej branży/sektorów)?

TAK

Informacje

Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów	uprawnione do realizacji procesów walidacji i certyfikowania na mocy innych przepisów prawa
Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Przemysław Łaszczyk Przedsiębiorstwo Handlowo Usługowo Szkoleniowe "ATUT"
Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR	Tak
Nazwa Podmiotu certyfikującego	SCIENCE SZKOLENIA I DORADZTWO Grzegorz Kawa
Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR	Tak

Program

Moduł 1. Wprowadzenie do zawodu pomocy kuchennej i zielonych kompetencji (1h teoria)

- Rola pomocy kuchennej w zespole gastronomicznym w kontekście **zrównoważonego rozwoju**.
- Odpowiedzialność i etyka pracy – znaczenie działań zgodnych z **ekologią**.
- Zielone kompetencje w branży gastronomicznej – wpływ pracy pomocnika kuchennego na **środowisko**.

Moduł 2. Zasady higieny i BHP w kuchni (1h teoria + 1h praktyka)

- Podstawowe przepisy sanitarne i HACCP – minimalizowanie zagrożeń dla zdrowia i **środowiska**.
- Higiena osobista pracownika (odzież, dezynfekcja rąk) z uwzględnieniem środków czystości przyjaznych dla **ekologii**.
- Bezpieczne korzystanie ze sprzętów kuchennych i środków czystości – zasada racjonalnego zużycia energii i wody w duchu **zrównoważonego rozwoju**.
- Ćwiczenia praktyczne: mycie rąk, dezynfekcja stanowiska pracy z użyciem ekologicznych środków czystości.

Moduł 3. Ekologiczne praktyki w pracy kuchni (1h teoria + 1h praktyka)

- Segregacja odpadów i obieg zamknięty – ograniczanie negatywnego wpływu na **środowisko**.
- Zero waste w kuchni – ograniczanie marnowania jedzenia jako element **zrównoważonego rozwoju**.
- Racjonalne gospodarowanie energią i wodą – praktyczne sposoby redukcji śladu węglowego.
- Ćwiczenia praktyczne: wdrażanie rozwiązań przyjaznych **ekologii** (oszczędzanie surowców, ponowne wykorzystanie produktów).

Moduł 4. Organizacja stanowiska pracy w duchu ergonomii i ekologii (1h teoria + 1h praktyka)

- Ergonomiczne zasady ustawienia sprzętów i narzędzi z uwzględnieniem oszczędności energii.
- Organizacja pracy krok po kroku – planowanie zadań w duchu **zrównoważonego rozwoju**.
- Tworzenie zielonego miejsca pracy – zastosowanie ekologicznych środków i praktyk w codziennej pracy.
- Ćwiczenia praktyczne: aranżacja stanowiska z minimalizacją odpadów i zużycia zasobów.

Moduł 5. Wsparcie kucharza w przygotowaniu posiłków (1h teoria + 2h praktyka)

- Mycie i wstępna obróbka warzyw i owoców – preferowanie produktów lokalnych i sezonowych.

- Krojenie, porcjowanie, ważenie składników – ograniczanie strat surowców zgodnie z zasadą **zero waste**.
- Obsługa drobnego sprzętu AGD – stosowanie zasad oszczędności energii (ekologia).
- Ćwiczenia praktyczne: przygotowanie półproduktów z minimalnym zużyciem wody i odpadów.

Moduł 6. Zdrowe i ekologiczne produkty spożywcze (1h teoria + 1h praktyka)

- Rozpoznawanie produktów lokalnych, sezonowych i ekologicznych – wybór wspierający **zrównoważony rozwój**.
- Zasady przechowywania produktów (chłódnia, magazyn, spiżarnia) – racjonalne zużycie energii i ograniczanie marnotrawstwa.
- Czytanie etykiet i rozpoznawanie certyfikatów ekologicznych – świadome wybory zakupowe.
- Ćwiczenia praktyczne: tworzenie list zakupowych z preferencją dla ekologicznych dostawców.

Moduł 7. Warsztaty kulinarne – proste ekologiczne potrawy (3h praktyka)

- Przygotowanie prostych dań i przekąsek z wykorzystaniem produktów sezonowych i lokalnych.
- Kanapki, sałatki, surówki w duchu zdrowego i **zrównoważonego żywienia**.
- Wykorzystanie resztek w kuchni – praktyki **zero waste** (chipsy z obierek, zupy kremy).
- Ćwiczenia praktyczne: przygotowanie potraw przy minimalnym zużyciu energii i wody.

Moduł 8. Utrzymanie czystości i higieny w kuchni (1h teoria + 1h praktyka)

- Procedury mycia i dezynfekcji naczyń i urządzeń – stosowanie ekologicznych środków czystości.
- Postępowanie z żywnością i odpadami – minimalizacja odpadów i recykling.
- Ćwiczenia praktyczne: sprzątanie stanowiska pracy przy oszczędnym zużyciu wody i energii.

Moduł 9. Komunikacja i współpraca w zespole kuchennym (1h teoria)

- Rola pomocy kuchennej w relacjach z kucharzem i obsługą – wspólne wdrażanie działań proekologicznych.
- Komunikacja w zespole – promowanie zasad **zrównoważonego rozwoju** w codziennej pracy.
- Podstawy kultury pracy w gastronomii – odpowiedzialność za zdrowie i środowisko.

Podsumowanie i walidacja

- Powtórzenie zasad higieny, ekologii i zrównoważonego rozwoju.
- Test wiedzy – ocena znajomości zasad ekologicznych w kuchni.
- Obserwacja symulowana – przygotowanie stanowiska pracy w duchu ekologii i zero waste.
- Prezentacja indywidualna – propozycja własnej praktyki wspierającej **zrównoważony rozwój** w kuchni.

Zajęcia praktyczne realizowane są w grupach maksymalnie 12-osobowych. Podczas ćwiczeń praktycznych uczestnicy pracują w parach lub małych zespołach, co sprzyja integracji i efektywnemu uczeniu się. Każdy uczestnik ma dostęp do materiałów dydaktycznych, ekologicznych środków czystości oraz narzędzi wspierających wdrażanie zasad higieny, bezpieczeństwa oraz zrównoważonego rozwoju w pracy pomocy kuchennej.

Postępy uczestników monitorowane są poprzez:

- krótkie testy wiedzy
- analizę symulacji i ćwiczeń praktycznych (np. organizacja stanowiska pracy, segregacja odpadów, przygotowanie ekologicznych posiłków).

Walidacja zostanie przeprowadzona w ostatnim dniu szkolenia i będzie obejmowała obserwację praktycznych działań uczestników oraz prezentację wybranego rozwiązania proekologicznego w pracy pomocy kuchennej.

Egzamin certyfikujący odbędzie się w formie testu w ostatnim dniu szkolenia

Przerwy w usłudze wliczane są w czas usługi rozwojowej. - godzina zegarowa to godzina dydaktyczna 45 min. i 15 min. przerwy.

- Zgodność usługi z dokumentami strategicznymi:
- PRT Woj. Śląskiego 2019-2030: Integracja z ekologiczną transformacją cyfrową, wspieranie innowacji w obszarze IT zgodnie z założeniami inteligentnej specjalizacji regionu.
- GreenComp: Rozwój kompetencji ekologicznych w obszarze IT, podnoszenie świadomości na temat wpływu technologii na środowisko.
- Zintegrowany System Kwalifikacji (ZSK): Systemowe podejście do walidacji umiejętności ekologicznych, zapewnienie wysokiej jakości szkoleń i certyfikacji zgodnych z ZSK.
- RSI Woj. Śląskiego 2030: Wspieranie inteligentnych specjalizacji, w tym zielonej gospodarki i cyfryzacji, tworzenie warunków dla rozwoju innowacyjnych przedsiębiorstw w sektorze IT

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 36

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 36 Wprowadzenie do zawodu pomocy kuchennej i zielonych kompetencji	Jolanta Woś	04-10-2025	09:00	09:45	00:45
2 z 36 Przerwa	Jolanta Woś	04-10-2025	09:45	10:00	00:15
3 z 36 Zasady higieny i BHP w kuchni	Jolanta Woś	04-10-2025	10:00	10:45	00:45
4 z 36 Przerwa	Jolanta Woś	04-10-2025	10:45	11:00	00:15
5 z 36 Zasady higieny i BHP w kuchni	Jolanta Woś	04-10-2025	11:00	11:45	00:45
6 z 36 Przerwa	Jolanta Woś	04-10-2025	11:45	12:00	00:15
7 z 36 Ekologiczne praktyki w pracy kuchni	Jolanta Woś	04-10-2025	12:00	12:45	00:45
8 z 36 Przerwa	Jolanta Woś	04-10-2025	12:45	13:00	00:15
9 z 36 Ekologiczne praktyki w pracy kuchni	Jolanta Woś	04-10-2025	13:00	13:45	00:45
10 z 36 Przerwa	Jolanta Woś	04-10-2025	13:45	14:00	00:15
11 z 36 Organizacja stanowiska pracy w duchu ergonomii i ekologii	Jolanta Woś	04-10-2025	14:00	14:45	00:45
12 z 36 Przerwa	Jolanta Woś	04-10-2025	14:45	15:00	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 36 Organizacja stanowiska pracy w duchu ergonomii i ekologii	Jolanta Woś	04-10-2025	15:00	15:45	00:45
14 z 36 Przerwa	Jolanta Woś	04-10-2025	15:45	16:00	00:15
15 z 36 Wsparcie kucharza w przygotowaniu posiłków	Jolanta Woś	04-10-2025	16:00	16:45	00:45
16 z 36 Przerwa	Jolanta Woś	04-10-2025	16:45	17:00	00:15
17 z 36 Wsparcie kucharza w przygotowaniu posiłków	Jolanta Woś	04-10-2025	17:00	17:45	00:45
18 z 36 Przerwa	Jolanta Woś	04-10-2025	17:45	18:00	00:15
19 z 36 Wsparcie kucharza w przygotowaniu posiłków	Jolanta Woś	05-10-2025	09:00	09:45	00:45
20 z 36 Przerwa	Jolanta Woś	05-10-2025	09:45	10:00	00:15
21 z 36 Zdrowe i ekologiczne produkty spożywcze	Jolanta Woś	05-10-2025	10:00	10:45	00:45
22 z 36 Przerwa	Jolanta Woś	05-10-2025	10:45	11:00	00:15
23 z 36 Zdrowe i ekologiczne produkty spożywcze	Jolanta Woś	05-10-2025	11:00	11:45	00:45
24 z 36 Przerwa	Jolanta Woś	05-10-2025	11:45	12:00	00:15
25 z 36 Warsztaty kulinarne – proste ekologiczne potrawy	Jolanta Woś	05-10-2025	12:00	12:45	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
26 z 36 Przerwa	Jolanta Woś	05-10-2025	12:45	13:00	00:15
27 z 36 Warsztaty kulinarne – proste ekologiczne potrawy	Jolanta Woś	05-10-2025	13:00	13:45	00:45
28 z 36 Przerwa	Jolanta Woś	05-10-2025	13:45	14:00	00:15
29 z 36 Warsztaty kulinarne – proste ekologiczne potrawy	Jolanta Woś	05-10-2025	14:00	14:45	00:45
30 z 36 Przerwa	Jolanta Woś	05-10-2025	14:45	15:00	00:15
31 z 36 Utrzymanie czystości i higieny w kuchni	Jolanta Woś	05-10-2025	15:00	15:45	00:45
32 z 36 Przerwa	Jolanta Woś	05-10-2025	15:45	16:00	00:15
33 z 36 Utrzymanie czystości i higieny w kuchni	Jolanta Woś	05-10-2025	16:00	16:45	00:45
34 z 36 Przerwa	Jolanta Woś	05-10-2025	16:45	17:00	00:15
35 z 36 Komunikacja i współpraca w zespole kuchennym	Jolanta Woś	05-10-2025	17:00	17:45	00:45
36 z 36 Walidacja	-	05-10-2025	17:45	18:15	00:30

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
W tym koszt walidacji brutto	0,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	0,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	25,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	25,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Jolanta Woś

Posiadam wykształcenie wyższe - Akademia Rolnicza w Poznaniu wydział Technologii Żywności magister Ukończyłam studia podyplomowe z zakresu Dietetyka i planowanie żywienia - Uniwersytet Rolniczy w Poznaniu. Jestem nauczycielem dyplomowanym

Jestem nie tylko teoretykiem ale również praktykiem co daje mi dodatkowy atut w zakresie prowadzenie szkoleń. Prowadzę zajęcia dydaktyczne stacjonarne i zdalne. Od 2010 do nadal przeprowadziłam ponad 200 szkoleń obejmujących tematykę żywienia indywidualnego i zbiorowego. Trener posiada doświadczenie oraz kwalifikacje nabyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi. W ciągu ostatnich 5 lat przeprowadziła 5 usług szkoleniowych z zakresu zrównoważonych praktyk żywieniowych w placówkach oświatowych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują materiały szkoleniowe przygotowane przez wykładowcę w formie skryptu. Materiały zostały opracowane z uwzględnieniem aktualnych wytycznych oraz dobrych praktyk związanych z higieną, bezpieczeństwem pracy i wdrażaniem zasad zrównoważonego rozwoju w gastronomii.

Materiały szkoleniowe obejmują:

- prezentacje multimedialne,
- materiały edukacyjne dotyczące higieny, BHP i ekologii,
- przykładowe listy zakupowe i przepisy z produktami sezonowymi i lokalnymi,
- zestaw ćwiczeń praktycznych z zakresu ekologicznych technik pracy w kuchni.

Zakres tematyczny szkolenia wynika z Regionalnej Strategii Innowacji Województwa Śląskiego 2030 oraz Programu Rozwoju Technologii Województwa Śląskiego na lata 2019-2030

Warunki uczestnictwa

- ukończone 18 lat, predyspozycje zawodowe

Informacje dodatkowe

w koszt kursu wliczony jest koszt walidacji i egzaminu.

Godzina zegarowa to godzina dydaktyczna 45 min. i 15 min. przerwy.

Zajęcia dydaktyczne przeprowadzane są w odpowiednio wyposażonej sali dydaktycznej: ekran, projektor, komputer przenośny w celu prowadzenia prezentacji. Szkolenie realizujemy na podstawie przepisów o zrównoważonym rozwoju i Regionalnej Strategii Innowacji Województwa Śląskiego 2030 oraz Programu Rozwoju Technologii Województwa Śląskiego na lata 2019-2030.

Dane kontaktowe znajdują się : www.phus-atut.pl

- • Cena usługi wynika z zastosowania unikalnych metod dydaktycznych - w szkoleniu zastosowano różnorodne metody dydaktyczne, które pomogą uczestnikom w przyswojeniu wiedzy oraz umiejętności związanych ze **zrównoważonymi praktykami żywieniowymi w placówkach oświatowych: prelekcje, prezentacje, warsztaty praktyczne, dyskusje grupowe, case studies**

Adres

ul. Ignacego Paderewskiego 43

43-600 Jaworzno

woj. śląskie

Szkolenie odbędzie w salach dydaktycznych na terenie ośrodka szkoleniowego ATUT ul. Paderewskiego 43, 43-600 Jaworzno

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe
- brak

Kontakt



Teresa Mazur

E-mail szkolenia@phus-atut.pl

Telefon (+48) 785 110 154