



HoReCa Maciej
Możejko

★★★★★ 4,6 / 5

238 ocen

Szkolenie: Zero waste i gospodarka obiegu zamkniętego w praktyce – zielone kompetencje dla każdego

Numer usługi 2025/10/07/159063/3062499

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 10 h

📅 27.10.2025 do 28.10.2025

2 850,00 PLN brutto

2 850,00 PLN netto

285,00 PLN brutto/h

285,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Ekologia i rolnictwo / Ochrona środowiska
Grupa docelowa usługi	Szkolenie dedykowane jest osobom dorosłym zainteresowanym rozwojem zielonych kompetencji i wprowadzaniem zasad zrównoważonej konsumpcji w życiu codziennym i pracy. Uczestnikami mogą być osoby, które chcą poznać praktyczne sposoby ograniczania odpadów, wdrażania zasad zero waste oraz planowania zakupów i posiłków w duchu ekologicznej kuchni.
Minimalna liczba uczestników	8
Maksymalna liczba uczestników	30
Data zakończenia rekrutacji	26-10-2025
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	10
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 „Szkolenie: Zero waste i gospodarka obiegu zamkniętego w praktyce – zielone kompetencje dla każdego” przygotowuje uczestników do samodzielnego planowania i wdrażania działań zgodnych z zasadami gospodarki o obiegu zamkniętym (GOZ) i zrównoważonej konsumpcji. Szkolenie rozwija umiejętności ograniczania odpadów, ponownego

wykorzystania zasobów oraz świadomego wyboru produktów i planowania posiłków w duchu ekologicznej kuchni, wspierając tym samym realizację celów zielonej gospodarki.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje podstawowe zasady zielonej gospodarki, gospodarki obiegu zamkniętego (GOZ) i idei zero waste	definiuje główne założenia GOZ i zero waste	Test teoretyczny
	charakteryzuje znaczenie ograniczania odpadów i ponownego wykorzystania zasobów	Test teoretyczny
	wymienia przykłady działań wspierających zieloną gospodarkę w codziennym życiu	Test teoretyczny
Uczestnik planuje działania ograniczające odpady w życiu codziennym i pracy	wymienia założenia indywidualnego planu wdrażania zasad zero waste	Test teoretyczny
	wskazuje obszary, w których może zmniejszyć ilość odpadów (zakupy, energia, żywność)	Test teoretyczny
	wskazuje konkretne rozwiązania umożliwiające ponowne wykorzystanie surowców lub produktów	Test teoretyczny
Uczestnik świadomie wybiera produkty i planuje posiłki zgodnie z zasadami ekologicznej kuchni	rozdziela produkty lokalne, sezonowe i ekologiczne	Test teoretyczny
	wskazuje zasady tworzenia jadłospisu minimalizującego marnowanie żywności	Test teoretyczny
	prawidłowo interpretuje etykiety i certyfikaty ekologiczne	Test teoretyczny
Uczestnik charakteryzuje zasady ponownego wykorzystania materiałów i potrafi wskazać przykłady rozwiązań ograniczających powstawanie odpadów	rozpoznaje i nazywa przykłady ponownego wykorzystania surowców i materiałów	Test teoretyczny
	wskazuje zasady planowania działań zgodnych z ideą „drugiego życia przedmiotów”	Test teoretyczny
	wybiera poprawne rozwiązania zgodne z zasadami gospodarki o obiegu zamkniętym (GOZ)	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

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

Szkolenie dedykowane jest osobom dorosłym zainteresowanym rozwojem zielonych kompetencji i wprowadzaniem zasad zrównoważonej konsumpcji w życiu codziennym i pracy. Uczestnikami mogą być osoby, które chcą poznać praktyczne sposoby ograniczania odpadów, wdrażania zasad zero waste oraz planowania zakupów i posiłków w duchu ekologicznej kuchni.

Dzień I

1. Wprowadzenie: Dlaczego to ważne?

- Zielona gospodarka i zielone kompetencje – przyszłość rynku pracy i codzienne wybory.
- Ślad węglowy – co to jest i jak każdy z nas wpływa na środowisko.
- Ćwiczenie integracyjne: „Mój zielony nawyk – moja trudność” – uczestnicy wymieniają się doświadczeniami.

1. Zero waste w praktyce – od teorii do codzienności

- Idea „zero waste” a gospodarka obiegu zamkniętego (GOZ).
- 5R: Refuse, Reduce, Reuse, Recycle, Rot – omówienie z przykładami z życia.
- Przykłady działań w domu i w miejscu pracy.
- „Tydzień bez zakupów” – jak świadomie ograniczyć konsumpcję i znaleźć alternatywy.
- Mini zadanie: każdy uczestnik opracowuje „małe wyzwanie zero waste” dla siebie.

1. Drugie życie przedmiotów

- Jak segregować odpady krok po kroku – co, gdzie i jak wyrzucać (i dlaczego tak ważne są szczegóły).
- Ponowne wykorzystanie w domu i biurze – praktyczne triki.
- Warsztat kreatywny: „Drugie życie rzeczy” – uczestnicy w grupach wymyślają nowe zastosowania dla zwykłych przedmiotów (np. słoik, karton, stara koszulka).
- Dyskusja: „Czy każda rzecz jest odpadem?”

Dzień II

1. Ekologiczna kuchnia i niemarnowanie żywności

- Zakupy zero waste – jak wybierać żywność sezonową, lokalną i ekologiczną.
- Czytanie etykiet i certyfikatów – na co zwracać uwagę.
- Planowanie posiłków – jak unikać wyrzucania jedzenia.
- Ćwiczenie warsztatowe: tworzenie jadłospisu tygodniowego w duchu „eco cooking”.

1. Zielone życie w praktyce – warsztaty DIY i gry zespołowe

- Tworzenie listy zakupów zero waste – ćwiczenie indywidualne.
- Innowacja: Design Thinking w ekologii – w grupach uczestnicy projektują „zielone rozwiązanie” dla domu lub miejsca pracy (np. system wspólnych zakupów, mini kompostownik, kącik wymiany rzeczy).
- DIY mini warsztat: wykonanie prostego eko-gadżetu (np. woreczka na zakupy z materiału, świeczki z resztek wosku, gry planszowej).
- Dyskusja: „Jak mogę wprowadzić te zmiany w życiu i inspirować innych?”.

1. **Walidacja: test teoretyczny**

W trakcie szkolenia wykorzystywane będą zróżnicowane metody aktywizujące, sprzyjające przyswajaniu wiedzy oraz kształtowaniu umiejętności praktycznych i zielonych kompetencji: prezentacja, burza mózgów, mapa myśli, dyskusja.

Liczba godzin usługi jest liczona wg. godzin dydaktycznych (1 godzina dydaktyczna = 45 minut zegarowych) - łącznie 10 godzin dydaktycznych, w tym zajęcia teoretyczne 5 godz., zajęcia praktyczne 5 godz.

Przerwy są wliczone w czas trwania usługi.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 8

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 8 Wprowadzenie: Dlaczego to ważne? (prezentacja, mapa myśli)	Małgorzata Kowalska	27-10-2025	17:00	18:00	01:00
2 z 8 Zero waste w praktyce – od teorii do codzienności (burza mózgów, dyskusja)	Małgorzata Kowalska	27-10-2025	18:00	19:00	01:00
3 z 8 Przerwa	Małgorzata Kowalska	27-10-2025	19:00	19:15	00:15
4 z 8 Drugie życie przedmiotów (prezentacja, burza mózgów)	Małgorzata Kowalska	27-10-2025	19:15	21:00	01:45
5 z 8 Ekologiczna kuchnia i niemarnowanie żywności (prezentacja, mapa myśli)	Małgorzata Kowalska	28-10-2025	17:00	18:30	01:30
6 z 8 Przerwa	Małgorzata Kowalska	28-10-2025	18:30	18:45	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 8 Zielone życie w praktyce – warsztaty DIY i gry zespołowe (burza mózgów, mapa myśli)	Małgorzata Kowalska	28-10-2025	18:45	20:00	01:15
8 z 8 Walidacja: test teoretyczny	-	28-10-2025	20:00	20:30	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 850,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 850,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	285,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	285,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Małgorzata Kowalska

Doświadczony edukator, biolog i diagnosta laboratoryjny. Posiada wieloletnie doświadczenie w prowadzeniu szkoleń i warsztatów prozdrowotnych oraz ekologicznych. Od 10 lat realizuje zajęcia i warsztaty dotyczące zdrowia, higieny i ekologii, łącząc wiedzę biologiczną z praktycznym podejściem edukacyjnym. W ciągu ostatnich 5 lat przeprowadziła ponad 100 godzin szkoleń specjalistycznych.

Posiada specjalistyczne szkolenie z zakresu prawidłowego mycia i dezynfekcji rąk oraz bogate doświadczenie w prowadzeniu warsztatów ekologicznych i prozdrowotnych dla różnych grup odbiorców. W pracy dydaktycznej łączy elementy arteterapii, integracji sensorycznej i edukacji ekologicznej, tworząc zajęcia angażujące emocje, ruch i kreatywność uczestników. Podczas szkoleń prezentuje innowacyjne projekty, pomoce DIY oraz praktyczne rozwiązania oparte na sprawdzonych metodach edukacyjnych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Podczas szkolenia uczestnik otrzymuje dostęp do materiałów szkoleniowych w formie prezentacji.

Warunki uczestnictwa

W przypadku szkoleń dofinansowanych warunkiem uczestnictwa w szkoleniu jest założenie przez uczestnika konta w Bazie Usług Rozwojowych oraz spełnienie warunków operatora dofinansowania.

Do zdobycia kompetencji w ramach usługi wymagane są:

- ukończenie 18 roku życia,
- obecność na minimum 80% zajęć,
- przystąpienie do testu teoretycznego walidującego efekty uczenia się oraz jego pozytywne zaliczenie.

Informacje dodatkowe

Uczestnik zobowiązany jest do obecności na co najmniej 80% godzin dydaktycznych objętych programem szkolenia. Jest to warunek niezbędny do uznania nabycia kompetencji.

Frekwencja uczestników będzie potwierdzana za pomocą raportów z logowań z platformy ZOOM.

Podstawa zwolnienia z VAT:

Zwolnienie z VAT art.43 ust.1 pkt29 lit.a i c. Ust. o podatku od towarów i usług

Warunki techniczne

Uczestnik szkolenia musi posiadać komputer osobisty (laptop). Warunki techniczne niezbędne do udziału w usłudze:

a) platforma/rodzaj komunikatora, za pośrednictwem którego będzie prowadzona usługa: ZOOM

b) minimalne wymagania sprzętowe:

KOMPUTER Głośniki i mikrofon - wbudowane lub zewnętrzne

Kamera internetowa - wbudowana lub zewnętrzna

Procesor dwurdzeniowy 2Ghz lub szybszy

4GB pamięci RAM

c) minimalne wymagania dot. parametrów łącza sieciowego:

KOMPUTER Łączę o przepustowości pobierania i wysyłania danych o prędkości: 3 Mbps

d) niezbędne oprogramowanie umożliwiające dostęp do prezentowanych treści i materiałów:

KOMPUTER Zoom Client for Meetings - wersja 4.6.10 (20041.0408) lub wyższa

Przeglądarka internetowa:

Dla Windows: IE 11+, Edge 12+, Firefox 27+, Chrome 30+

Dla Mac: Safari 7+, Firefox 27+, Chrome 30+

Dla Linux: Firefox 27+, Chrome 30+

e) okres ważności linku umożliwiającego uczestnictwo w spotkaniu on-line: link do spotkania on-line jest ważny tylko w okresie trwania usługi zdalnie (termin rozpoczęcia usługi do termin zakończenia)

Kontakt



Maciej Możejko

E-mail maciej.mozejko@gmail.com

Telefon (+48) 508 142 009