



K8 Katarzyna  
Wojtasińska

★★★★★ 5,0 / 5

1 305 ocen

## Zielony Social Media: Tworzenie profesjonalnych treści wideo do social mediów Instagram/Tiktok/Youtube - Budowanie marki osobistej z wykorzystaniem narzędzi AI

Numer usługi 2026/03/11/30856/3398040

📍 Gliwice / stacjonarna

🏢 Usługa szkoleniowa

🕒 13 h

📅 14.05.2026 do 15.05.2026

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

384,62 PLN brutto/h

384,62 PLN netto/h

187,50 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

**Kategoria**

Biznes / Marketing

**Grupa docelowa usługi**

Szkolenie przeznaczone jest dla osób indywidualnych, które z własnej inicjatywy chcą rozwijać swoje umiejętności i kompetencje zawodowe oraz cyfrowe, niezbędne do pracy w sektorze zielonej gospodarki. Obejmuje ono obszary komunikacji, sprzedaży i marketingu z wykorzystaniem mediów społecznościowych oraz AI

Grupę docelową stanowią osoby zainteresowane pracą w sektorze zielonej gospodarki, pracownicy firm ekologicznych i branż związanych ze zrównoważonym rozwojem, specjaliści ds. CSR, osoby zaangażowane w edukację ekologiczną oraz te, które planują otworzyć własną działalność w tej dziedzinie. Uczestnicy szkolenia zdobędą praktyczne umiejętności w zakresie marketingu w mediach społecznościowych, niezbędne do efektywnego promowania ekologicznych produktów i inicjatyw.

Niniejsza usługa rozwojowa dot. kształcenia zawodowego/przekwalifikowania zawodowego i prowadzi do nabycia zielonych kompetencji.

Podsumowanie Grupa docelowa:

- osoby indywidualne
- osoby bezrobotne
- osoby zatrudnione w MŚP

**Minimalna liczba uczestników**

1

**Maksymalna liczba uczestników**

10

**Data zakończenia rekrutacji**

13-05-2026

**Forma prowadzenia usługi**

stacjonarna

# Cel

## Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestników do samodzielnego tworzenia profesjonalnych treści wideo w social mediach (Instagram, TikTok, YouTube) zgodnie z aktualnymi trendami i zasadami zrównoważonego rozwoju. Uczestnik zdobędzie wiedzę, umiejętności i kompetencje społeczne w zakresie: wideomarketingu i budowania marki osobistej z wykorzystaniem AI, stosowania zasad ekologii i efektywności energetycznej w produkcji wideo, promowania zielonej gospodarki i ekoinicjatyw w mediach społecznościowych.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Rozróżnia rodzaje treści wideo i ich zastosowanie w promocji zielonej gospodarki	Wymienia co najmniej 3 formaty wideo (film korporacyjny, vertical video, reklama lifestyle)	Test teoretyczny
	Określa zastosowanie każdego formatu wideo w promocji produktów/usług ekologicznych.	Test teoretyczny
	Rozróżnia treści wideo (krótkie i długie) w aspekcie budowania świadomości ekologicznej.	Test teoretyczny
Charakteryzuje zasady energooszczędnej produkcji treści audiowizualnych	Opisuje co najmniej 3 sposoby ograniczenia zużycia energii przy produkcji filmów	Test teoretyczny
	Wskazuje praktyki minimalizujące odpady produkcyjne	Test teoretyczny
	Wyjaśnia wpływ energooszczędnej produkcji na środowisko i koszty	Test teoretyczny
Definiuje pojęcie zielonych kompetencji i zielonych miejsc pracy	Podaje poprawną definicję pojęć	Wywiad swobodny
	Wskazuje min. 2 przykłady zawodów w sektorze zielonej gospodarki	Test teoretyczny
	Wyjaśnia znaczenie zielonych kompetencji w rozwoju rynku pracy.	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Identyfikuje strategie komunikacji wspierające ekoinicjatywy w social mediach</p> <p>Projektuje i organizuje scenariusz wideo promującego zielone produkty i usługi</p>	Wskazuje min. 2 przykłady kampanii CSR/ekologicznych	Prezentacja
	Omawia cele i przekaz tych kampanii	Prezentacja
	Analizuje elementy komunikacji wspierające zieloną gospodarkę	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Tworzy storyboard zawierający min. 5 kluczowych ujęć	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	<p>Określa strukturę narracji z elementami ekologicznymi</p> <p>Planuje harmonogram działań z uwzględnieniem efektywności energetycznej</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p> <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
<p>Stosuje zasady optymalnego wykorzystania światła i energii przy produkcji wideo</p>	Dobiera źródła światła w sposób ograniczający zużycie energii	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Wskazuje różnice między tradycyjnym a energooszczędnym oświetleniem	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
<p>Wykonuje nagranie i montaż filmu zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju</p>	Realizuje nagranie zgodnie ze scenariuszem	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Montuje film z zastosowaniem energooszczędnych praktyk	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Eksportuje plik w formie zoptymalizowanej (zredukowanym rozmiarze)	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
<p>Współpracuje w zespole przy planowaniu i realizacji treści wideo</p>	Aktywnie uczestniczy w pracy zespołowej	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Dzieli się zadaniami i odpowiedzialnością	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Przestrzega zasad zrównoważonego zarządzania zasobami	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Wykorzystuje duże modele językowe AI do planowania treści t	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Negocjuje i komunikuje się z klientem, uwzględniając zielone wartości	Prezentuje rozwiązania zgodne z zasadami zrównoważonego rozwoju	Prezentacja
	Uzasadnia wybór proponowanych działań	Prezentacja
	Odpowiada na obiekcje klienta w duchu zielonej komunikacji.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Buduje relacje i wspiera działania proekologiczne w organizacji	Wskazuje przykłady działań proekologicznych do wdrożenia w organizacji	Prezentacja
	Opisuje sposoby angażowania zespołu	Prezentacja
Analizuje potrzeby klienta w zakresie promocji zielonych produktów/usług	Dobiera adekwatny format wideo do potrzeb	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Identyfikuje grupę docelową i jej oczekiwania	Prezentacja
	Przygotowuje analizę potrzeb klienta w formie briefu przy użyciu dużych modeli językowych	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

## Kwalifikacje

### Kwalifikacje niewłączone do ZSK

#### Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://my-ps.eu/dzialalnosc-miedzynarodowa/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://my-ps.eu/dzialalnosc-miedzynarodowa/>

#### Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację

MY PERSONALITY SKILLS

Nazwa Podmiotu certyfikującego

MY PERSONALITY SKILLS

# Program

Omówienie kluczowych kompetencji zielonych i cyfrowych podczas tworzenia treści wideo w celu budowania social mediów oraz marki osobistej. Część teoretyczna będzie trwała około 2h, część praktyczna 10h. Szkolenie prowadzone jest w godzinach zegarowych, przerwy są wliczone w czas trwania szkolenia. Szkoleniem jest skonstruowane w taki sposób, że od uczestników nie wymaga się żadnego doświadczenia, prowadzący przekaze całą niezbędną wiedzę podczas szkolenia.

## Dzień 1 – część teoretyczno-praktyczna

### 1. Wprowadzenie do zielonych kompetencji i preprodukcja

- definicja zielonych kompetencji i zielonych miejsc pracy,
- rola wideomarketingu w promocji zielonej gospodarki,
- analiza przykładów działań CSR i komunikacji ekologicznej w social mediach.
- *(efekty: rozróżnia rodzaje treści, definiuje zielone kompetencje, identyfikuje strategie komunikacji)*

### 2. Analiza potrzeb klienta i wycena projektów

- rozmowy z klientem na temat promocji zielonych produktów i usług,
- przygotowanie oferty i kosztorysu zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju,
- planowanie działań marketingowych ograniczających ślad środowiskowy przy użyciu dużych modeli językowych AI
- *(efekty: analizuje potrzeby klienta, ocenia możliwe rozwiązania, komunikuje zielone wartości)*

### 3. Praca w grupach nad dokumentacją i planem

- przygotowanie planu działań, wizja lokalna i notatki, praktyczne wykorzystanie GEMINI oraz NotebookLM
- współpraca w zespole i dzielenie się odpowiedzialnością,
- stosowanie zasad efektywnej i ekologicznej organizacji pracy.
- *(efekty: współpracuje w zespole, organizuje plan działań, wspiera innych)*

### 4. Tworzenie koncepcji i scenariuszy

- analiza przykładu filmu komercyjnego, struktura narracji i kluczowe punkty,
- indywidualne opracowanie koncepcji filmów promujących zielone inicjatywy (film korporacyjny, vertical video, reklama lifestyle),
- projektowanie treści z uwzględnieniem zasad energooszczędnej produkcji.
- *(efekty: projektuje i organizuje scenariusz wideo, charakteryzuje zasady energooszczędnej produkcji)*

### 5. Budżetowanie i rozwój kompetencji miękkich

- przygotowanie kosztorysu projektu,
- przekazanie zwrotnej informacji klientowi,
- rozwijanie kompetencji negocjacyjnych i komunikacyjnych w kontekście zielonej gospodarki.
- *(efekty: negocjuje i komunikuje się z klientem, buduje relacje, wspiera działania proekologiczne)*

## Dzień 2 – część praktyczna

### 1. Praca na planie w studiu

- obsługa kamery, aparatu i telefonu,
- realizacja nagrań przy minimalizacji zużycia energii i zasobów (wykorzystanie światła dziennego, energooszczędnych akumulatorów),
- stosowanie praktyk ograniczających odpady i nadprodukcję materiałów.
- *(efekty: stosuje zasady energooszczędnej produkcji, wykonuje nagranie zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju)*

### 2. Praca ze światłem i mikrofonami

- dobór sprzętu do warunków nagraniowych,
- wykorzystanie energooszczędnych źródeł światła,
- współpraca z klientem przy realizacji ujęć.
- *(efekty: stosuje zasady optymalnego wykorzystania światła i energii, współpracuje w zespole)*

### 3. Digitalizacja i postprodukcja

- organizacja materiałów i plików w sposób ograniczający zużycie pamięci i energii,
- montaż nagranych materiałów, nagranie lektora, dobór muzyki, ułożenie ścieżki dźwiękowej, wstęp do ELEVEN LABS oraz CAPTIONS AI
- koloryzacja i eksport finalnych klipów przy zachowaniu zasad efektywności energetycznej.
- *(efekty: wykonuje montaż filmu, stosuje zasady zrównoważonego rozwoju w pracy cyfrowej)*

### 4. Uruchomienie kanału YouTube i promocja treści

- zakładanie i konfiguracja kanału,
- publikacja treści wspierających zieloną gospodarkę, (dobre praktyki)
- omawianie kluczowych kompetencji zielonych i cyfrowych w kontekście zrównoważonego rozwoju.
- *(efekty: opisuje strategie komunikacji proekologicznej, wspiera działania proekologiczne, buduje relacje wokół zielonej gospodarki)*

## 5. Podsumowanie i walidacja

- omówienie zdobytej wiedzy, umiejętności i kompetencji,
- test teoretyczny i praktyczna walidacja umiejętności,
- refleksja nad dalszym rozwojem zawodowym w sektorze zielonej gospodarki.
- *(efekty: rozróżnia, charakteryzuje, stosuje i współpracuje – zgodnie z pełną listą efektów uczenia się)*

### Zakres zielonych kompetencji podlegających walidacji

1. **Wiedza** – znajomość zasad zrównoważonego rozwoju i zielonej gospodarki:
  - rozróżnianie formatów wideo i ich roli w promocji ekoinicjatyw,
  - znajomość pojęcia zielonych kompetencji i zielonych miejsc pracy,
  - znajomość zasad energooszczędnej produkcji treści audiowizualnych.
2. **Umiejętności** – praktyczne wykorzystanie wiedzy w procesie produkcji:
  - analiza potrzeb klienta w zakresie promocji proekologicznej,
  - projektowanie i realizacja scenariusza wideo wspierającego zieloną gospodarkę,
  - stosowanie energooszczędnych metod produkcji (światło dzienne, LED),
  - montaż i eksport materiałów w sposób zoptymalizowany pod kątem zużycia energii i pamięci.
3. **Kompetencje społeczne** – postawy i zachowania wspierające zielone wartości:
  - współpraca w zespole z uwzględnieniem zasad efektywnego i odpowiedzialnego zarządzania zasobami,
  - prowadzenie negocjacji i komunikacji z klientami w duchu zielonej gospodarki,
  - proponowanie działań proekologicznych w organizacji i motywowanie innych do ich wdrażania.

### Metody walidacji zielonych kompetencji

- **Test teoretyczny** – sprawdza wiedzę dotyczącą definicji zielonych kompetencji, zasad energooszczędnej produkcji i przykładów kampanii CSR.
- **Obserwacja w warunkach rzeczywistych** – podczas pracy w studiu uczestnik stosuje zasady ograniczania zużycia energii i materiałów oraz współpracuje w zespole zgodnie z zielonymi wartościami
- **Prezentacja** – podczas pracy w studiu uczestnik stosuje zasady ograniczania zużycia energii i materiałów oraz współpracuje w zespole zgodnie z zielonymi wartościami

### ZIELONE KOMPETENCJE I UMIEJĘTNOŚCI:

- Budowanie marki osobistej w mediach społecznościowych w kontekście promowania zielonej gospodarki.
- Tworzenie i edycja materiałów wideo z wykorzystaniem zasad wideomarketingu.
- Tworzenie treści oraz materiałów wizualnych wspierających ideę ekologii i zrównoważonego rozwoju.
- Świadomość ekologiczna i szacunek dla środowiska naturalnego.
- Zbieranie, przechowywanie i analiza danych dotyczących efektywności energetycznej, redukcji odpadów i ograniczania emisji gazów cieplarnianych.
- Wdrażanie strategii zwiększających efektywność energetyczną.
- Redukcja, zarządzanie i optymalizacja procesów związanych z odpadami.
- Planowanie działań i ocena efektywności pracowniczey w kontekście zrównoważonego rozwoju.
- Umiejętność pracy w zespole z naciskiem na ekologiczne cele i wartości.
- Rozwinięte umiejętności komunikacyjne niezbędne w promowaniu zielonych idei.
- Planowanie oparte na logicznym myśleniu i zrównoważonych zasadach zarządzania.

Szkolenie skierowane jest do osób, które chcą rozwijać zielone umiejętności i kompetencje ekologiczne, co umożliwi im dostosowanie swoich umiejętności do zmian na rynku pracy wynikających z transformacji ekologicznej regionu.

Uczestnicy będą mieć do dyspozycji w pełni wyposażone studio wideofilmowe oraz podcastowe.

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 8

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 8</b> Wprowadzenie i preprodukcja – omówienie zielonych kompetencji i trendów w komunikacji – Typowe rozmowy z klientem, wycena projektów – Praca w grupach Praca w grupach - teoria/praktyka	PAWEŁ WOJTASIŃSKI	14-05-2026	09:00	11:00	02:00
<b>2 z 8</b> Planowanie i koncepcja – przygotowanie storyboardu i scenariuszy promujących zieloną gospodarkę - teoria/praktyka	PAWEŁ WOJTASIŃSKI	14-05-2026	11:00	13:00	02:00
<b>3 z 8</b> Przerwa	PAWEŁ WOJTASIŃSKI	14-05-2026	13:00	13:30	00:30
<b>4 z 8</b> Scenariusze projektów – opracowanie koncepcji do 3 formatów (film korporacyjny, vertical video, reklama lifestyle)	PAWEŁ WOJTASIŃSKI	14-05-2026	13:30	15:30	02:00
<b>5 z 8</b> Budżetowanie i kompetencje miękkie – negocjacje, komunikacja, współpraca w kontekście zielonych wartości	PAWEŁ WOJTASIŃSKI	15-05-2026	09:00	11:30	02:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>6 z 8</b> Nagrania w studiu – praca z kamerą/aparatem/telefonem, energooszczędne wykorzystanie światła -praktyka	PAWEŁ WOJTASIŃSKI	15-05-2026	11:30	13:00	01:30
<b>7 z 8</b> Kanał YT, Postprodukcja i publikacja – montaż, nagranie lektora, dobór muzyki, koloryzacja i eksport	PAWEŁ WOJTASIŃSKI	15-05-2026	13:00	14:45	01:45
<b>8 z 8</b> Walidacja - Test wiedzy, prezentacja, obserwacja w warunkach rzeczywistych	-	15-05-2026	14:45	15:30	00:45

## 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	384,62 PLN
Koszt osobogodziny netto	384,62 PLN
W tym koszt walidacji brutto	125,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	125,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	125,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	125,00 PLN

# Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

## PAWEŁ WOJTASIŃSKI

Szkolenie poprowadzi Paweł Wojtasiński – ekspert w obszarze zarządzania, marketingu i komunikacji wizualnej, od ponad 10 lat związany z branżą kreatywną. Jest współzałożycielem studia kreatywnego K8 w Gliwicach, gdzie zajmuje się tworzeniem kampanii wizerunkowych, produkcją treści wideo oraz doradztwem w zakresie budowania marki osobistej i strategii marketingowych.

W ostatnich pięciu latach (2020–2025) zdobył bogate doświadczenie we współpracy z firmami ekologicznymi, startupami zielonej gospodarki oraz organizacjami realizującymi projekty CSR. Realizował kampanie reklamowe promujące zrównoważony rozwój, w których stosował energooszczędne rozwiązania podczas pracy w studiu – m.in. wykorzystanie światła dziennego i minimalizację odpadów produkcyjnych. Prowadził szkolenia i doradztwo w zakresie komunikacji ekologicznej, wdrażania zielonych kompetencji w biznesie oraz efektywnego wykorzystania social mediów do promocji działań proekologicznych.

Jego specjalistyczne umiejętności obejmują m.in. obsługę pakietu Adobe (Premiere Pro, Illustrator, Photoshop, InDesign, Lightroom), narzędzi marketingowych (Wordpress, GetResponse, SEO, Google Ads, Facebook Ads) oraz fotografię produktową i wizerunkową. Dzięki temu łączy wiedzę techniczną z praktyką biznesową, co pozwala uczestnikom zdobywać realne umiejętności zgodne z wymaganiami współczesnego rynku pracy.

Posiada wykształcenie wyższe – tytuł magistra zarządzania zdobyty na Uniwersytecie Ekonomicznym w Katowicach.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Prezentacja w formie pdf

### Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- przykłady moodboardów i storyboardów proekologicznych
- zadania praktyczne w trakcie szkolenia
- ankieta ewaluacyjna po szkoleniu

Szkolenie zwolnione z podatku VAT na podstawie Par.3 ust.1 pkt.14 rozporządzeniu MF z dnia 20.12.2013r

## Adres

ul. Tadeusza Kościuszki 1a/2  
44-100 Gliwice  
woj. śląskie

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## Kontakt



**Paweł Wojtasiński**

**E-mail** [p.wojtasinski@gmail.com](mailto:p.wojtasinski@gmail.com)

**Telefon** (+48) 792 610 265