



POLSKA AKADEMIA  
BIZNESU SPÓŁKA Z  
OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ

★★★★★ 5,0 / 5

305 ocen

## SZKOLENIE SOCIAL MEDIA- Social Media dla Branży Beauty: Praktyczne szkolenie Tworzenia Rolek

Numer usługi 2026/05/04/193740/3532286

📍 Olsztyn

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 12:00 h

📅 18.07.2026 do 18.07.2026

3 813,00 PLN brutto

3 100,00 PLN netto

317,75 PLN brutto/h

258,33 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

### Grupa docelowa usługi

Szkolenie przeznaczone dla osób, które chcą zdobyć nowe umiejętności w zakresie praktycznego tworzenia rolek (Reels) i prowadzenia komunikacji w mediach społecznościowych dla branży beauty. Uczestnicy nauczą się planować, nagrywać i montować angażujące materiały wideo przy wykorzystaniu dostępnych narzędzi cyfrowych, a także poznają zasady efektywnego zarządzania treściami oraz budowania profesjonalnego wizerunku marki online. Szkolenie uwzględni również zagadnienia związane z odpowiedzialnym wykorzystaniem technologii cyfrowych, optymalizacją procesów tworzenia treści oraz ograniczeniem zużycia zasobów poprzez świadome planowanie i ponowne wykorzystywanie materiałów. Brak wymaganych warunków, aby wziąć udział w szkoleniu. Wszelka wiedza i umiejętności zostaną przekazane podczas szkolenia.

### Minimalna liczba uczestników

2

### Maksymalna liczba uczestników

4

### Data zakończenia rekrutacji

17-07-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

12

### Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Znak Jakości TGLS Quality Alliance

# Cel

## Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestnika do samodzielnego planowania, nagrywania, montażu i publikowania rolek (Reels) w mediach społecznościowych na potrzeby promocji usług beauty. Szkolenie uwzględni zasady ograniczania negatywnego wpływu działań marketingowych na środowisko poprzez wykorzystanie narzędzi cyfrowych zamiast materiałów drukowanych, efektywne zarządzanie zasobami cyfrowymi, planowanie treści ograniczające ich nadprodukcję oraz ponowne wykorzystanie materiałów wideo (content recycling).

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Planuje i przygotowuje rolki (Reels) dla branży beauty zgodnie z zasadami skutecznej komunikacji w mediach społecznościowych. Tworzy plan publikacji treści dla swojej działalności beauty. Uczestnik stosuje zasady zrównoważonego wykorzystania narzędzi cyfrowych podczas tworzenia treści do mediów społecznościowych, wykorzystuje zasady ponownego użycia materiałów cyfrowych (content recycling) w komunikacji marketingowej. Uczestnik prowadzi działania marketingowe zgodnie z zasadami odpowiedzialnej i zrównoważonej komunikacji w branży beauty.</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. określa cel rolki i grupę odbiorców, dobiera temat i scenariusz rolki, tworzy angażujące hooki dostosowane do branży beauty</li><li>2. Opracowuje listę tematów publikacyjnych, dobiera treści do swojej specjalizacji, uzasadnia wybór proponowanych materiałów</li><li>3. Wyjaśnia korzyści wynikające z wykorzystania komunikacji cyfrowej zamiast materiałów drukowanych, wskazuje sposoby efektywnego korzystania z narzędzi cyfrowych</li><li>4. Wskazuje możliwości tworzenia wielu publikacji z jednego materiału źródłowego, omawia sposoby ponownego wykorzystania treści w mediach społecznościowych</li><li>5. Wskazuje przykłady treści promujących świadome postawy konsumenckie, wyjaśnia znaczenie odpowiedzialnej komunikacji marki w social mediach</li></ol>	<p>Wywiad swobodny</p>
<p>Uczestnik wykonuje nagranie materiału wideo zgodnie z podstawowymi zasadami kadrowania, kompozycji i oświetlenia, montuje rolkę w aplikacji mobilnej i przygotowuje ją do publikacji, planuje proces tworzenia materiałów wideo w sposób ograniczający zużycie zasobów i energii,</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Prawidłowo ustawia kadr, wykorzystuje odpowiednie oświetlenie, nagrywa materiał zapewniający czytelny przekaz</li><li>2. Wykonuje podstawowe cięcia materiału, dodaje napisy i elementy wizualne, eksportuje materiał w odpowiednim formacie</li><li>3. Wykorzystuje naturalne oświetlenie podczas nagrań, stosuje zasady planowania nagrań ograniczające liczbę powtórzeń, organizuje pracę w sposób zwiększający efektywność wykorzystania zasobów</li></ol>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>

# Kwalifikacje

## Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

**Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?**

TAK

**Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?**

TAK

**Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?**

TAK

## Program

Szkolenie przeznaczone dla osób, które chcą zdobyć nowe umiejętności w zakresie praktycznego tworzenia rolek (Reels) i prowadzenia komunikacji w mediach społecznościowych dla branży beauty. Uczestnicy nauczą się planować, nagrywać i montować angażujące materiały wideo przy wykorzystaniu dostępnych narzędzi cyfrowych, a także poznają zasady efektywnego zarządzania treściami oraz budowania profesjonalnego wizerunku marki online. Szkolenie uwzględni również zagadnienia związane z odpowiedzialnym wykorzystaniem technologii cyfrowych, optymalizacją procesów tworzenia treści oraz ograniczaniem zużycia zasobów poprzez świadome planowanie i ponowne wykorzystywanie materiałów. Brak wymaganych warunków, aby wziąć udział w szkoleniu. Wszelka wiedza i umiejętności zostaną przekazane podczas szkolenia.

Usługa przygotowuje uczestnika do samodzielnego planowania, nagrywania, montażu i publikowania rolek (Reels) w mediach społecznościowych na potrzeby promocji usług beauty. Szkolenie uwzględni zasady ograniczania negatywnego wpływu działań marketingowych na środowisko poprzez wykorzystanie narzędzi cyfrowych zamiast materiałów drukowanych, efektywne zarządzanie zasobami cyfrowymi, planowanie treści ograniczające ich nadprodukcję oraz ponowne wykorzystanie materiałów wideo (content recycling).

### Zakres tematyczny szkolenia:

#### **Część Teoretyczna: (4 godziny i 30 minut)**

##### **Wprowadzenie do tworzenia treści w social media**

- Wprowadzenie do marketingu wideo w branży beauty.
- Znaczenie rolek (Reels) w budowaniu marki osobistej i pozyskiwaniu klientów.
- Analiza przykładów skutecznych profili beauty wykorzystujących rolki.
- Rola strategii i autentycznej komunikacji w mediach społecznościowych.
- Zasady tworzenia skutecznych hooków zatrzymujących uwagę odbiorców.
- Tworzenie komunikatów dopasowanych do grupy docelowej.
- Planowanie treści w mediach społecznościowych na potrzeby działalności beauty.
- Tworzenie harmonogramu publikacji i budowanie spójnej komunikacji marki.
- Zielone kompetencje w marketingu cyfrowym: ograniczanie wykorzystania materiałów, drukowanych poprzez komunikację cyfrową, świadome korzystanie z narzędzi cyfrowych, odpowiedzialna komunikacja i edukacja klientów za pomocą social media, budowanie wizerunku marki zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju.

##### **Organizacja tworzenia rolek i techniki montażu:**

- Podstawy tworzenia materiałów wideo przy użyciu smartfona.
- Kadrowanie i kompozycja obrazu w rolkach.
- Wykorzystanie światła naturalnego i dostępnego oświetlenia w salonie beauty.
- Przygotowanie przestrzeni do nagrań bez konieczności inwestowania w dodatkowy sprzęt.
- Techniki nagrywania ułatwiające późniejszy montaż materiałów.
- Batch recording jako sposób efektywnego planowania pracy.
- Content recycling – ponowne wykorzystanie materiałów do tworzenia wielu publikacji.
- Organizacja i zarządzanie zasobami cyfrowymi.
- Zielone kompetencje w procesie tworzenia treści: planowanie nagrań ograniczające zużycie czasu i energii, wykorzystywanie naturalnego światła w celu ograniczenia zużycia energii elektrycznej, ponowne wykorzystywanie materiałów wideo zamiast tworzenia nowych zasobów, optymalizacja procesów cyfrowych zmniejszająca nadprodukcję treści.

## Część Praktyczna: (4 godziny i 15 minut)

- Opracowanie indywidualnych pomysłów na rolki dopasowane do specjalizacji uczestnika.
- Tworzenie własnych hooków dla wybranych usług beauty.
- Przygotowanie scenariusza rolki.
- Nagrywanie materiałów wideo z wykorzystaniem zasad kadrowania i oświetlenia.
- Wykonanie nagrań metodą batch recordingu.
- Montaż rolki w aplikacji Edits: cięcie materiału, dodawanie napisów, dobór muzyki, wykorzystanie przejść, eksport gotowego materiału.
- Przygotowanie planu publikacji rolek na minimum dwa miesiące.
- Opracowanie sposobów ponownego wykorzystania nagranych materiałów w kolejnych publikacjach.
- Publikacja gotowej rolki i omówienie rezultatów.
- Praktyczne zastosowanie zielonych kompetencji podczas tworzenia treści cyfrowych: wykorzystanie istniejących zasobów do tworzenia nowych materiałów, efektywne zarządzanie materiałami cyfrowymi, ograniczanie marnowania czasu, energii i zasobów podczas produkcji contentu, stosowanie zasad zrównoważonej komunikacji marketingowej w branży beauty.

### Walidacja (15 minut)

Walidacja odbędzie się poprzez wywiad swobodny z kursantami oraz obserwację w warunkach rzeczywistych. Osoba przeprowadzająca walidację dołączy pod koniec części edukacyjnej. Osoba walidująca będzie obecna na sali, obserwując prace uczestniczek, nie ingerując w proces edukacyjny. Po części edukacyjnej osoba walidująca przeprowadzi z kursantami wywiad swobodny. Na wywiad swobodny przewidziane jest 15 minut na każdego uczestnika.

### Informacje organizacyjne

Usługa realizowana jest w godzinach dydaktycznych. Przerwa jest wliczana

w harmonogram szkolenia.

W ramach realizacji usługi w części praktycznej każdy kursant przygotowuje własne rolki pod okiem prowadzącej.

Obecność kursanta sprawdzana jest na podstawie listy obecności.

Usługa prowadzona jest maksymalnie w grupie 8 osobowej. W czasie trwania części teoretycznej kursanci siedzą przy stole podczas, gdy wykładowca omawia prezentację wyświetlaną na telewizorze. Podczas części praktycznej kursantki pracują indywidualnie przygotowując własną rolę pod okiem prowadzącej.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 8

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 8 Wprowadzenie do tworzenia treści w social media	ANGELIKA ARCIUCH	18-07-2026	09:00	10:30	01:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 8 Przerwa	ANGELIKA ARCIUCH	18-07-2026	10:30	10:45	00:15
3 z 8 Organizacja tworzenia rolek i techniki montażu	ANGELIKA ARCIUCH	18-07-2026	10:45	12:30	01:45
4 z 8 Przerwa	ANGELIKA ARCIUCH	18-07-2026	12:30	12:45	00:15
5 z 8 część praktyczna	ANGELIKA ARCIUCH	18-07-2026	12:45	15:30	02:45
6 z 8 Przerwa	ANGELIKA ARCIUCH	18-07-2026	15:30	15:45	00:15
7 z 8 część praktyczna	ANGELIKA ARCIUCH	18-07-2026	15:45	17:45	02:00
8 z 8 Walidacja	-	18-07-2026	17:45	18:00	00:15

## Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania za zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2024 r. o podatku od towarów i usług, jeśli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 813,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 100,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	317,75 PLN
Koszt osobogodziny netto	258,33 PLN

# Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

## ANGELIKA ARCIUCH

Angelika Arciuch posiada wieloletnie doświadczenie zawodowe w zakresie reklamy, komunikacji marketingowej oraz zarządzania mediami społecznościowymi. Przez 17 lat pracowała w Grupie Eurozet - największej grupie radiowej w Europie - na stanowisku doradcy klienta, gdzie samodzielnie opracowywała kampanie reklamowe oraz przygotowywała kreacje reklamowe dla klientów z różnych branż. W tym czasie systematycznie podnosiła kwalifikacje zawodowe, uczestnicząc w licznych szkoleniach z zakresu sprzedaży oraz reklamy internetowej.

W ostatnich 5 latach skoncentrowała swoją działalność na obszarze social media marketingu i edukacji cyfrowej. Ukończyła certyfikowane szkolenie z zakresu zarządzania profilem na platformie Instagram, uzyskując certyfikat Social Managera. Aktywnie działa jako Insta Manager oraz Content Creator, realizując kompleksowe usługi zarządzania profilami firmowymi w mediach społecznościowych.

Od października 2023 roku prowadzi szkolenia i warsztaty dla kobiet przedsiębiorczyń z zakresu budowania marki osobistej w mediach społecznościowych. Specjalizuje się w obszarze tworzenia materiałów wideo - w szczególności tzw. Reels - obejmując swoimi szkoleniami zagadnienia techniczne, narzędziowe oraz psychologiczne, takie jak przełamywanie stresu i blokad przed nagrywaniem. Do stycznia 2026 roku przeszkoliła łącznie ponad 100 uczestniczek.

Posiadane doświadczenie medialne, praktyczne kompetencje z zakresu zarządzania social media oraz udokumentowana działalność szkoleniowa

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

W dniu rozpoczęcia szkolenia każda kursantka otrzymuje skrypt z podstawowymi informacjami poruszonymi na szkoleniu. Po zakończeniu szkolenia każda kursantka otrzymuje certyfikat w języku polskim.

### Informacje dodatkowe

Organizator szkolenia zapewnia niezbędne narzędzia do zajęć w trakcie szkolenia. Koszty dojazdu i zakwaterowania uczestnik pokrywa we własnym zakresie.

W przypadku gdy usługa będzie dofinansowana w wysokości min 70%, zostanie zwolniona z podatku VAT na podstawie DZ.U. z 2013.0.955 t.j. - Rozporządzenie Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień, zwolnienie z VAT zgodnie z treścią § 3 ust. 1 pkt 14

## Adres

ul. Gietkowska 10  
10-170 Olsztyn  
woj. warmińsko-mazurskie

Usługa odbędzie się przy ul. Gietkowska 10 w Olsztynie. Sala szkoleniowa przygotowana jest do prowadzenia zajęć teoretycznych oraz ćwiczeń praktycznych.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## Kontakt



**Monika Piórkowska**

**E-mail** [mn.piorkowska@gmail.com](mailto:mn.piorkowska@gmail.com)

**Telefon** (+48) 737 176 222