



## Canva dla przedsiębiorcy - narzędzie wspierające zrównoważony rozwój i wprowadzanie narzędzi cyfrowych w biznesie

Numer usługi 2026/06/02/184984/3604600

3 910,00 PLN brutto  
3 910,00 PLN netto  
244,38 PLN brutto/h  
244,38 PLN netto/h  
250,00 PLN cena rynkowa ⓘ

AKADEMIA  
ŚWIADOMEGO  
ROZWOJU SPÓŁKA  
Z OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5

66 ocen

📍 Katowice

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 16:00 h

📅 18.08.2026 do 19.08.2026

## Informacje podstawowe

Kategoria

Biznes / Marketing

Grupa docelowa usługi

Szkolenie przeznaczone jest dla osób dorosłych, w szczególności:

- **freelancerów, przedsiębiorców i pracowników MŚP**, którzy chcą tworzyć profesjonalne materiały graficzne zgodne z zasadami zrównoważonego rozwoju,
- **osób rozwijających kompetencje cyfrowe** w obszarze projektowania, komunikacji wizualnej i pracy z narzędziami AI,
- **osób zainteresowanych odpowiedzialnym projektowaniem**, minimalizacją śladu środowiskowego materiałów oraz świadomym korzystaniem z zasobów cyfrowych,
- **osób przygotowujących materiały marketingowe, edukacyjne, ofertowe lub prezentacje**, które chcą tworzyć treści estetyczne, dostępne i prośrodowiskowe.

Usługa rozwojowa adresowana również dla Uczestników projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe oraz Małopolski pociąg do kariery oraz Kierunek Rozwój.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

4

Data zakończenia rekrutacji

17-08-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

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

Uczestnik rozwinie kompetencje cyfrowe w zakresie projektowania graficznego z wykorzystaniem Canvy, tworzenia materiałów drukowanych i cyfrowych, pracy z narzędziami AI oraz przygotowywania prezentacji i dokumentów wielostronicowych. Jednocześnie zdobędzie kompetencje zielone, obejmujące odpowiedzialne projektowanie, świadome korzystanie z zasobów cyfrowych oraz tworzenie materiałów zgodnych z zasadami zrównoważonego rozwoju.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik projektuje materiały graficzne zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju	analizuje wpływ projektu na środowisko (formaty, kolory, objętość plików, materiały drukowane),	Analiza dowodów i deklaracji
	dobiera rozwiązania ograniczające zużycie zasobów (np. formaty cyfrowe, optymalizacja plików),	Analiza dowodów i deklaracji
	stosuje ekologiczne standardy projektowania (minimalizm, ograniczenie zbędnych elementów, dostępność),	Analiza dowodów i deklaracji
	wybiera warianty projektowe o mniejszym śladzie środowiskowym.	Analiza dowodów i deklaracji
	wykorzystuje funkcje Canvy do tworzenia grafik, prezentacji i dokumentów,	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik tworzy materiały graficzne w Canvie z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych i AI	stosuje narzędzia AI (np. generowanie treści, edycja obrazów) w sposób odpowiedzialny i zgodny z zasadami ESG,	Analiza dowodów i deklaracji
	dobiera szablony i elementy graficzne wspierające czytelność i dostępność,	Analiza dowodów i deklaracji
	optymalizuje projekty pod kątem formatu, rozdzielczości i zasobooszczędności.	Analiza dowodów i deklaracji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik przygotowuje materiały drukowane i cyfrowe w sposób odpowiedzialny środowiskowo	dobiera formaty i parametry druku ograniczające zużycie papieru i energii,	Analiza dowodów i deklaracji
	tworzy wersje cyfrowe zgodne z zasadami dostępności i niskiego obciążenia środowiskowego,	Analiza dowodów i deklaracji
	analizuje różnice środowiskowe między materiałami drukowanymi a cyfrowymi,	Analiza dowodów i deklaracji
	przygotowuje pliki zoptymalizowane pod kątem wielkości i jakości.	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik organizuje proces projektowy w sposób świadomy i zasobooszczędny	korzysta z narzędzi współdzielonych i pracy online, aby ograniczyć druk i duplikację plików,	Analiza dowodów i deklaracji
	stosuje zasady bezpiecznej i odpowiedzialnej pracy cyfrowej (cyberbezpieczeństwo, wiarygodność źródeł),	Analiza dowodów i deklaracji
	tworzy uporządkowane struktury projektów i bibliotek zasobów,	Analiza dowodów i deklaracji
	ocenia wpływ decyzji projektowych na środowisko i proponuje bardziej zrównoważone rozwiązania.	Analiza dowodów i deklaracji
Stosuje zasady zielonego projektowania	Wskazuje sposoby ograniczania śladu cyfrowego i odpowiedzialnego tworzenia treści	Analiza dowodów i deklaracji

## 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 rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?**

TAK

# Program

## 1. Szkolenie przeznaczone jest dla:

- **freelancerów, przedsiębiorców i pracowników MŚP**, którzy chcą tworzyć profesjonalne materiały graficzne zgodne z zasadami zrównoważonego rozwoju,
- **osób rozwijających kompetencje cyfrowe** w obszarze projektowania, komunikacji wizualnej i pracy z narzędziami AI,
- **osób zainteresowanych odpowiedzialnym projektowaniem**, minimalizacją śladu środowiskowego materiałów oraz świadomym korzystaniem z zasobów cyfrowych,
- **osób przygotowujących materiały marketingowe, edukacyjne, ofertowe lub prezentacje**, które chcą tworzyć treści estetyczne, dostępne i prośrodowiskowe.

1. **Cel szkolenia:** Uczestnik rozwinie kompetencje cyfrowe w zakresie projektowania graficznego z wykorzystaniem Canvy, tworzenia materiałów drukowanych i cyfrowych, pracy z narzędziami AI oraz przygotowywania prezentacji i dokumentów wielostronicowych. Jednocześnie zdobędzie kompetencje zielone, obejmujące odpowiedzialne projektowanie, świadome korzystanie z zasobów cyfrowych oraz tworzenie materiałów zgodnych z zasadami zrównoważonego rozwoju.

2. **Warunki uczestnictwa:** Od uczestnika nie wymaga się żadnej potwierdzonej wiedzy przed rozpoczęciem szkolenia. Powinien natomiast:

1. wypełnić ankietę badania potrzeb - dla właściwego dostosowania programu
2. przynieść własny laptop z możliwością włączenia i pracy na programie Canva

3. **Warunki realizacji szkolenia:** warsztat stacjonarny, powierzchnia przynajmniej 20m<sup>2</sup>, z miejscem warsztatowym (stoły i krzesła dla uczestników), stałym dostępem do Internetu, projektorem i flipchartem. Sala powinna zapewniać właściwe podłączenie laptopów każdego z uczestników i prowadzącego do gniazdek.

4. **Godziny i przerwy:** Program w godzinach zegarowych, 1h przerwy dziennie.

5. Teoria i praktyka:

6. **Ramowy program szkolenia:**

## Dzień I

### 1. Wprowadzenie do Canvy – 1h (teoria)

- interfejs, typy projektów, zasady pracy,
- organizacja zasobów i biblioteki w sposób ograniczający duplikację plików,
- zasady odpowiedzialnego korzystania z zasobów cyfrowych (optymalizacja, porządkowanie, unikanie zbędnych elementów),
- świadome wybory projektowe wpływające na ślad środowiskowy (formaty, rozdzielczości, objętość plików).

### 1. Projektowanie graficzne – podstawy – 2h (0,5h teoria + 1,5h praktyka)

- kompozycja, kolor, typografia,
- zasady projektowania odpowiedzialnego środowiskowo: minimalizm, ograniczenie zbędnych elementów, czytelność,
- projektowanie zgodne z zasadami dostępności (WCAG),
- dobór kolorów i fontów wpływający na energooszczędność ekranów (ciemne tła, kontrasty),

### 1. Tworzenie projektów do druku – 2h (praktyka)

- edycja zdjęć, retusz, filtry – z naciskiem na optymalizację rozmiaru i jakości,
- wizytówki, ulotki, plakaty – projektowanie z myślą o minimalizacji odpadów,
- spady, marginesy, formaty, eksport do druku,
- **zielone kompetencje:**
  - dobór formatów ograniczających zużycie papieru,
  - projektowanie materiałów wielokrotnego użytku,
  - stosowanie ekologicznych standardów druku (mniej tuszu, mniejsze formaty, druk dwustronny),
  - tworzenie wersji cyfrowych jako alternatywy dla druku.

### 1. Projekty internetowe – 2h (0,5h teoria + 1,5h praktyka)

- posty, zdjęcia w tle, grafiki reklamowe,
- tworzenie rolek i krótkich filmów,
- **optymalizacja rozmiarów i formatów** w celu zmniejszenia śladu cyfrowego (mniejsze pliki = mniejsze zużycie energii serwerów),
- dobór formatów przyjaznych środowisku (np. WebP),
- projektowanie treści, które nie generują zbędnego obciążenia cyfrowego (krótsze filmy, mniej animacji, prostsze grafiki).

## Dzień II

### 1. Tworzenie prezentacji – 2h (0,5h teoria + 1,5h praktyka)

- praca od podstaw i na szablonach,
- typy prezentacji i ich zastosowanie,
- nagrywanie prezentacji – Canva Studio,
- **zielone kompetencje:**
  - projektowanie prezentacji o niskim obciążeniu cyfrowym (optymalizacja zdjęć, ograniczenie animacji),
  - tworzenie prezentacji dostępnych i czytelnych,
  - stosowanie szablonów wielokrotnego użytku zamiast tworzenia nowych projektów od zera.

### 1. Dokumenty wielostronicowe – 2h (1h teoria + 1h praktyka)

- oferty, katalogi, infografiki,
- praca z tabelami i wykresami,
- zasady czytelności i dostępności,
- **zielone kompetencje:**
  - projektowanie dokumentów, które minimalizują zużycie papieru (krótsze, bardziej syntetyczne, czytelne),
  - tworzenie wersji cyfrowych zoptymalizowanych pod kątem wielkości,
  - stosowanie formatów przyjaznych środowisku (PDF/A, kompresja),
  - projektowanie infografik zamiast długich opisów – mniejszy ślad środowiskowy.

### 1. Narzędzia AI w Canva – 2h (1h teoria + 1h praktyka)

- generowanie obrazów,
- Magic Write, Magic Design, automatyzacje,
- **etyczne i odpowiedzialne korzystanie z AI:**
  - unikanie generowania zbędnych zasobów,
  - świadome korzystanie z mocy obliczeniowej (AI = wysoki koszt energetyczny),
  - tworzenie treści zgodnych z zasadami ESG,
  - wykorzystywanie AI do optymalizacji, a nie nadprodukcji treści.

### 1. Licencje w Canva – 1h (teoria)

- licencje darmowe, Pro i edukacyjne,
- prawa autorskie i zasady bezpiecznego korzystania z zasobów,
- **odpowiedzialne wykorzystywanie materiałów cyfrowych:**
  - korzystanie z zasobów wielokrotnego użytku,
  - unikanie pobierania i przechowywania zbędnych plików,
  - świadome zarządzanie biblioteką projektów,
  - praca na zasobach open-source i niskoemisyjnych.

### 9. Podsumowanie i walidacja – 1h (teoria)

- analiza dowodów i deklaracji – prowadząca: Sara Jagiełło,
- omówienie wyników i rekomendacje rozwojowe,
- wskazanie obszarów dalszego rozwoju w zakresie zielonych kompetencji i odpowiedzialnego projektowania.

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 13

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 13</b> Wprowadzenie do canvy	Zajęcia	Karol Zdybek	18-08-2026	09:00	10:00	01:00
<b>2 z 13</b> Projektowanie graficzne - podstawy	Zajęcia	Karol Zdybek	18-08-2026	10:00	12:00	02:00
<b>3 z 13</b> -	Przerwa	-	18-08-2026	12:00	12:45	00:45
<b>4 z 13</b> Tworzenie projektów do druku	Zajęcia	Karol Zdybek	18-08-2026	12:45	14:45	02:00
<b>5 z 13</b> -	Przerwa	-	18-08-2026	14:45	15:00	00:15
<b>6 z 13</b> Projekty internetowe	Zajęcia	Karol Zdybek	18-08-2026	15:00	17:00	02:00
<b>7 z 13</b> Tworzenie prezentacji	Zajęcia	Karol Zdybek	19-08-2026	09:00	11:00	02:00
<b>8 z 13</b> -	Przerwa	-	19-08-2026	11:00	11:15	00:15
<b>9 z 13</b> Dokumenty wielostronowe	Zajęcia	Karol Zdybek	19-08-2026	11:15	12:15	01:00
<b>10 z 13</b> Narzędzia AI w Canva	Zajęcia	Karol Zdybek	19-08-2026	12:15	14:15	02:00
<b>11 z 13</b> -	Przerwa	-	19-08-2026	14:15	15:00	00:45
<b>12 z 13</b> Licencje w Canva	Zajęcia	Karol Zdybek	19-08-2026	15:00	16:00	01:00
<b>13 z 13</b> -	Walidacja	-	19-08-2026	16:00	17:00	01:00

## Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00
w tym suma godzin zajęć	13:00
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	02:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:30

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	3 910,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 113 ust. 1 ustawy o VAT ze względu na wartość sprzedaży	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	3 910,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	244,38 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	244,38 PLN

### Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	16:00

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Karol Zdybek

Ratownik medyczny, specjalista zdrowia publicznego oraz absolwent studiów magisterskich z zarządzania w zdrowiu publicznym. Od ponad 12 lat działa jako freelancer, tworząc własne portfolio, materiały reklamowe oraz oferty, a także skutecznie pozyskując klientów dzięki spójnemu i

profesjonalnemu wizerunkowi wizualnemu. Na co dzień wykorzystuje Canvę jako główne narzędzie pracy projektowej i marketingowej, a od kilku lat uczy innych, jak tworzyć estetyczne, funkcjonalne i skuteczne materiały graficzne.

Łączy doświadczenie pracy w systemie ratownictwa z działalnością edukacyjną i marketingową, co pozwala mu prowadzić szkolenia oparte na praktyce, realnych potrzebach odbiorców oraz aktualnych trendach komunikacyjnych. Jego materiały reklamowe wyróżniają się silnym przekazem wizualnym, przemyślaną kompozycją i dbałością o dostępność treści. Współpracuje szczególnie z branżą zdrowotną, edukacyjną i usługową, wspierając specjalistów w budowaniu profesjonalnego wizerunku online.

W obszarze kompetencji cyfrowych rozwija u uczestników umiejętność świadomego korzystania z narzędzi projektowych, pracy z AI w Canva, tworzenia treści dostosowanych do różnych kanałów komunikacji oraz budowania spójnych materiałów marketingowych.

W zakresie kompetencji zielonych kładzie nacisk na odpowiedzialne projektowanie, minimalizowanie śladu cyfrowego, tworzenie treści zgodnych z zasadami zrównoważonego rozwoju oraz świadome wykorzystywanie zasobów graficznych i materiałów drukowanych.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- Szablon pracy udostępniony wirtualnie
- Przykłady projektów udostępnione wirtualnie

### Informacje dodatkowe

Zawarto umowę z:

- WUP w Szczecinie na świadczenie usług rozwojowych z wykorzystaniem elektronicznych bonów szkoleniowych w ramach projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe
- WUP w Krakowie na świadczenie usług rozwojowych z wykorzystaniem elektronicznych bonów szkoleniowych w ramach projektu Małopolski pociąg do kariery
- WUP w Toruniu na świadczenie usług rozwojowych z wykorzystaniem elektronicznych bonów szkoleniowych w ramach projektów Kierunek Rozwój

Usługa zwolniona z VAT na podstawie: **ustawy o podatku od towarów i usług, art. 113 ust. 1 i 9 ustawy o VAT.**

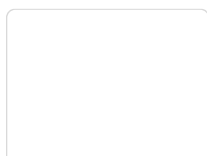
## Adres

ul. Żwirki i Wigury 16/4  
40-063 Katowice  
woj. śląskie

### Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

## Kontakt



**SARA JAGIEŁŁO**

**E-mail** sara@postawnarozwoj.com



**Telefon** (+48) 884 882 842