

Trener dobrostanu – jak wspierać odporność psychiczną i równowagę emocjonalną

Numer usługi 2026/06/02/133812/3604723

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

208,33 PLN brutto/h

208,33 PLN netto/h

166,67 PLN cena rynkowa ⓘ

CENTRUM
ROZWOJU I
EDUKACJI SP. Z O.
O.

★★★★★ 4,9 / 5

67 ocen

📍 Bytom

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 24:00 h

📅 23.07.2026 do 25.07.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
Grupa docelowa usługi	aaa
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	15
Data zakończenia rekrutacji	22-07-2026
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

aaaa

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
--------------------	----------------------	------------------

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Opisuje rodzaje diet i ocenia ich wpływ na zdrowie i środowisko	Charakteryzuje podstawowe rodzaje diet: tradycyjna, wegetariańska, wegańska, fleksytariańska, dieta planetarna, dieta DASH, dieta śródziemnomorska, wysokobiałkowa, eliminacyjna	Test teoretyczny
	Charakteryzuje dietę roślinną jako jeden z elementów zrównoważonego żywienia i zielonej transformacji	Test teoretyczny
	Oceni koszty środowiskowe produkcji żywności w zależności od rodzaju diety.	Test teoretyczny

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/>

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację

Anita Pawlak

Nazwa Podmiotu certyfikującego

My skills personality

Program

AAAA

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 16

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 16 Moduł 1: Fundamenty zielonego żywienia i zrównoważonego rozwoju	Zajęcia	Dominik Stanisławski	23-07-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 16 -	Przerwa	-	23-07-2026	11:00	11:30	00:30
3 z 16 Moduł 1: Fundamenty zielonego żywienia i zrównoważonego rozwoju	Zajęcia	Dominik Stanisławski	23-07-2026	11:30	13:30	02:00
4 z 16 -	Przerwa	-	23-07-2026	13:30	14:00	00:30
5 z 16 Moduł 1: Fundamenty zielonego żywienia i zrównoważonego rozwoju	Zajęcia	Dominik Stanisławski	23-07-2026	14:00	17:00	03:00
6 z 16 Moduł 1: Fundamenty zielonego żywienia i zrównoważonego rozwoju	Zajęcia	Dominik Stanisławski	24-07-2026	09:00	11:00	02:00
7 z 16 -	Przerwa	-	24-07-2026	11:00	11:30	00:30
8 z 16 Moduł 1: Fundamenty zielonego żywienia i zrównoważonego rozwoju	Zajęcia	Dominik Stanisławski	24-07-2026	11:30	13:30	02:00
9 z 16 -	Przerwa	-	24-07-2026	13:30	14:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 16 Moduł 1: Fundamenty zielonego żywienia i zrównoważonego rozwoju	Zajęcia	Dominik Stanisławski	24-07-2026	14:00	17:00	03:00
11 z 16 Moduł 1: Fundamenty zielonego żywienia i zrównoważonego rozwoju	Zajęcia	Dominik Stanisławski	25-07-2026	09:00	11:00	02:00
12 z 16 -	Przerwa	-	25-07-2026	11:00	11:30	00:30
13 z 16 Moduł 1: Fundamenty zielonego żywienia i zrównoważonego rozwoju	Zajęcia	Dominik Stanisławski	25-07-2026	11:30	13:30	02:00
14 z 16 -	Przerwa	-	25-07-2026	13:30	14:00	00:30
15 z 16 Moduł 1: Fundamenty zielonego żywienia i zrównoważonego rozwoju	Zajęcia	Dominik Stanisławski	25-07-2026	14:00	16:00	02:00
16 z 16 -	Walidacja	-	25-07-2026	16:00	17:00	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	24:00
w tym suma godzin zajęć	20:00
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	03:00

Rodzaj godzin

Liczba godzin

Suma godzin dydaktycznych bez przerw

28:00

Cennik

Cennik

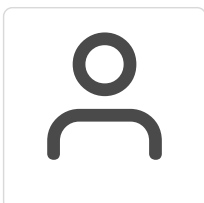
Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 000,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	208,33 PLN
Koszt osobogodziny netto	208,33 PLN
W tym koszt walidacji brutto	50,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	50,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	213,75 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	213,75 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	24:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Dominik Stanisławski

estem absolwentem dietetyki ze specjalizacją psychodietetyka, którą ukończyłem w 2023 roku, a także przygotowania pedagogicznego (2022). Od kilku lat aktywnie działam w obszarze edukacji

zdrowotnej i społecznej, łącząc wiedzę akademicką z praktyką trenerską. Od 2023 roku prowadzę szkolenia z zakresu dietetyki oraz opieki nad osobami starszymi, dbając o ich wysoką jakość i zgodność ze standardami edukacyjnymi. Moje doświadczenie obejmuje zarówno pracę z grupami zawodowymi, jak i z osobami starszymi w klubach seniora w Tychach i Katowicach, gdzie od 2022 roku realizuję regularne zajęcia edukacyjne i aktywizujące. Dzięki temu mam bezpośredni kontakt z potrzebami seniorów i potrafię dostosować metody pracy do ich możliwości i oczekiwań. Równolegle, od 2021 roku prowadzę zajęcia dydaktyczne na uczelni WSTH w Podkowie Leśnej, gdzie wspieram studentów w zdobywaniu wiedzy i umiejętności niezbędnych w pracy z drugim człowiekiem. W moim nauczaniu kładę nacisk na praktyczne zastosowanie wiedzy, interaktywność i indywidualne podejście do uczestników. W pracy trenerskiej łączę wiedzę z zakresu dietetyki, psychodietetyki i pedagogiki z doświadczeniem praktycznym, co pozwala mi tworzyć inspirujące i wartościowe szkolenia. Moją misją jest wspieranie uczestników w rozwijaniu kompetencji, które realnie przełożą się na poprawę jakości życia i pracy – zarówno w wymiarze zawodowym, jak i osobistym. Doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą publikacji usługi w BUR.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

AA

Adres

ul. Hutnicza 6
41-900 Bytom
woj. śląskie

Kontakt



ANNA GRAJOSZEK

E-mail anna.grajoszek@gmail.com

Telefon (+48) 728 997 871