



AWDIR KRYSZTIAN
BAJOR

★★★★★ 4,9 / 5

2 711 ocen

Zielone umiejętności: Szkolenie Dietetyka i suplementacja z elementami zrównoważonego rozwoju oraz z wykorzystaniem lokalnych i ekologicznych produktów

Numer usługi 2026/06/24/52663/3647101

- Usługa szkoleniowa
- zdalna w czasie rzeczywistym
- Zajęcia grupowe
- 24:00 h
- 18.09.2026 do 20.09.2026

6 150,00 PLN brutto
5 000,00 PLN netto
256,25 PLN brutto/h
208,33 PLN netto/h
81,67 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Dietetyka
Grupa docelowa usługi	<ul style="list-style-type: none"> • Osoby planujące rozpocząć pracę w zawodzie dietetyka, zainteresowane nowoczesnym i zrównoważonym podejściem do planowania diet i pracy z klientem. • Osoby szukające swojej ścieżki zawodowej, które chcą zdobyć umiejętności przydatne w branży dietetycznej i zdrowotnej. • Pasjonaci zdrowego odżywiania i osoby zainteresowane tematyką zrównoważonego rozwoju w dietetyce. • Osoby z doświadczeniem w branży dietetycznej, które chcą aktualizować swoje umiejętności w kontekście ekologicznych trendów i zielonych kompetencji.
Minimalna liczba uczestników	3
Maksymalna liczba uczestników	15
Data zakończenia rekrutacji	17-09-2026
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
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 przygotowuje do samodzielnego stosowania zrównoważonych praktyk w dietetyce, wspierając rozwój umiejętności zgodnych z zasadami ekologii i zrównoważonego rozwoju. Uczestnicy nauczą się tworzyć indywidualne plany żywieniowe uwzględniające zasobooszczędność i niskoemisyjność, z wykorzystaniem lokalnych i sezonowych produktów oraz nowoczesnych narzędzi wspomaganých przez sztuczną inteligencję. Szkolenie obejmuje praktyczne ćwiczenia z rozpisywania diet i prowadzenia konsultacji dietetycznych

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Charakteryzuje znaczenie zrównoważonej diety dla zdrowia i środowiska</p> <p>Analizuje wpływ substancji antyodżywczych na zdrowie i uzasadnia sposoby ich eliminacji.</p>	<p>Uczestnik opisuje co najmniej 3 korzyści zdrowotne i ekologiczne wynikające z wdrażania zrównoważonej diety.</p> <p>Uczestnik prawidłowo identyfikuje produkty zawierające substancje antyodżywcze i proponuje sposoby ich eliminacji w diecie.</p>	<p>Test teoretyczny</p> <p>Test teoretyczny</p>
<p>Obsługuje narzędzia AI w pracy dietetyka.</p> <p>Dobiera produkty spożywcze zgodne z zasadami niskoemisyjności i zasobooszczędności.</p>	<p>Uczestnik demonstruje wykorzystanie narzędzi takich jak ChatGPT do analizy danych żywieniowych i tworzenia wstępnych planów dietetycznych.</p> <p>Uczestnik prawidłowo komponuje jadłospis zawierający co najmniej 5 produktów lokalnych i sezonowych przyjaznych środowisku.</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p> <p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>Opracowuje indywidualne plany dietetyczne uwzględniające różne potrzeby fizjologiczne i zdrowotne.</p>	<p>Tworzy plan diety dostosowany do konkretnego przypadku (np. ciąża, insulinooporność), uwzględniając potrzeby energetyczne i zdrowotne.</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>Przeprowadza wywiad żywieniowy z klientem.</p> <p>Rozwiązuje problemy dietetyczne klienta w sposób zrównoważony.</p>	<p>Prawidłowo formułuje co najmniej 5 pytań w trakcie symulowanego wywiadu, identyfikując potrzeby żywieniowe klienta.</p> <p>Uczestnik rozwiązuje przedstawione scenariusze problemowe, wskazując rozwiązania uwzględniające aspekty zdrowotne i ekologiczne.</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p> <p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>Wykorzystuje lokalne i sezonowe produkty do tworzenia jadłospisów.</p>	<p>Tworzy plan posiłków z uwzględnieniem co najmniej 5 lokalnych i sezonowych produktów.</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>Przekonuje klientów do ekologicznych zmian w diecie.</p>	<p>Uczestnik skutecznie argumentuje na rzecz wyboru produktów o niskim śladzie węglowym, podając co najmniej 3 korzyści zdrowotne i środowiskowe.</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Interpretuje wyniki badań laboratoryjnych w kontekście dietetycznym.	Analizuje wyniki badań (np. lipidogram, morfologia) i sugeruje zmiany w diecie na podstawie interpretacji danych.	Wywiad swobodny
Wdraża zielone kompetencje w planowaniu dietetycznym.	Proponuje co najmniej 3 działania wspierające efektywność zasobową i redukcję odpadów w codziennym planowaniu żywieniowym.	Wywiad swobodny
Promuje zasady zrównoważonego rozwoju w dietetyce.	Uczestnik przedstawia argumentację na rzecz zrównoważonego rozwoju w żywieniu, podając co najmniej 3 przykłady działań wspierających niskoemisyjność w dietetyce.	Wywiad swobodny
Planuje działania edukacyjne zwiększające świadomość ekologiczną klientów.	Uczestnik opracowuje co najmniej 2 działania edukacyjne promujące zrównoważone odżywianie, np. warsztaty, kampanie społeczne.	Wywiad swobodny
Wykorzystuje innowacyjne technologie, w tym sztuczną inteligencję, do planowania zrównoważonych diet oraz analizy wpływu żywności na środowisko.	Uczestnik tworzy jadłospis z uwzględnieniem śladu węglowego produktów spożywczych, korzystając z dedykowanego narzędzia AI.	Obserwacja w warunkach symulowanych
<p>Ocenia efektywność komunikacji interpersonalnej w pracy dietetyka.</p> <p>Monitoruje postępy klienta i wspiera utrzymanie zmian żywieniowych.</p>	<p>Uczestnik formułuje informacje dietetyczne w sposób jasny i zrozumiały oraz adekwatnie reaguje na pytania i wątpliwości klienta.</p> <p>Uczestnik analizuje postępy klienta, identyfikuje trudności i proponuje strategie utrzymania nowych nawyków żywieniowych.</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p> <p>Wywiad swobodny</p>
Buduje relację z klientem opartą na zaufaniu i empatii.	Uczestnik stosuje aktywne słuchanie, zadaje otwarte pytania i okazuje zrozumienie dla indywidualnych potrzeb klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Opracowuje i rozpisuje ekologiczne diety	Uczestnik analizuje potrzeby żywieniowe pacjenta, dobiera lokalne i ekologiczne produkty oraz opracowuje zrównoważone jadłospisy dostosowane do różnych stylów życia	Obserwacja w warunkach symulowanych
Projektuje strategie budowania świadomości ekologicznej u pacjentów.	Uczestnik opracowuje i przedstawia co najmniej 1 materiał edukacyjny (np. ulotkę, infografikę, konspekt warsztatu) wspierający budowanie świadomości ekologicznej.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Edukacyjnie wspiera klientów w zakresie ekologicznych praktyk żywieniowych.	Uczestnik prezentuje korzyści ekologicznej diety, wskazuje jej wpływ na zdrowie i środowisko oraz opracowuje strategie edukacyjne	Wywiad swobodny
Formułuje zrównoważone strategie suplementacyjne	Uczestnik opracowuje indywidualne plany suplementacyjne z uwzględnieniem ekologicznych źródeł składników	Test teoretyczny
Wdraża innowacyjne technologie w dietetyce	Uczestnik opisuje nowoczesne narzędzia wspierające analizę dietetyczną i monitorowanie postępów	Test teoretyczny
Identyfikuje i ocenia ekologiczne certyfikaty żywności i suplementów.	Uczestnik rozróżnia co najmniej 3 rodzaje certyfikatów, wskazuje ich znaczenie oraz ocenia zgodność ze standardami jakości.	Test teoretyczny
Organizuje proces redukcji odpadów żywnościowych.	Uczestnik analizuje metody ograniczania odpadów oraz organizuje proces minimalizacji strat żywności	Obserwacja w warunkach symulowanych

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/>

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

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację

Fundacja My Personality Skills

Nazwa Podmiotu certyfikującego

Fundacja My Personality Skills

Program

Zielone umiejętności w dietetyce: Dietetyka i suplementacja z elementami zrównoważonego rozwoju oraz z wykorzystaniem lokalnych i ekologicznych produktów

Program usługi:

Trzydniowy program szkoleniowy: Dietetyka, zrównoważone odżywianie i nowoczesne technologie

Dzień 1: Podstawy dietetyki i fizjologia metaboliczna

Wprowadzenie do szkolenia

- Powitanie uczestników, omówienie celów szkolenia i harmonogramu.
- Znaczenie zrównoważonego podejścia w dietetyce.
- Wpływ sztucznej inteligencji na rozwój dietetyki i suplementacji.
- Zielone umiejętności: Zasady zrównoważonego rozwoju w dietetyce.

Moduł 1: Wprowadzenie do dietetyki i fizjologii metabolicznej

- Podstawowe zasady zdrowego odżywiania.
- Rola makroskładników i mikrośkładników.
- Triada hormonalna: nadnercza, trzustka, tarczyca.
- Załamanie metaboliczne i jego konsekwencje.
- Zielone umiejętności: Naturalne metody wspierające gospodarkę hormonalną i metabolizm.

Moduł 2: Manipulacja makroskładnikami i znaczenie regeneracji

- Strategie manipulowania węglowodanami (carb targeting, carb cycling).
- Rola SHBG w podaży makroskładników.
- Kluczowe aspekty regeneracji potreningowej.
- Suplementy wspierające regenerację stawów.
- Zielone umiejętności: Wykorzystanie naturalnych metod regeneracji.

Moduł 3: Mikrośkładniki, antyoksydanty i ich rola w zdrowiu

- Witaminy D3, B, E, cynk, magnez.
- Nutraceutki i antyoksydanty.
- Analiza niedoborów składników odżywczych przy użyciu AI.
- Zielone umiejętności: Wybór naturalnych i lokalnych źródeł mikroelementów.

Tworzenie spersonalizowanych planów żywieniowych

- Analiza przypadków dietetycznych (np. insulinooporność, ciąża).
- Wykorzystanie AI w automatyzacji tworzenia jadłospisów.
- Zielone umiejętności: Minimalizacja marnowania żywności.

Dzień 2: Strategie dietetyczne i suplementacja

Podsumowanie dnia pierwszego i wprowadzenie do dnia drugiego

Moduł 4: Systemy żywieniowe i dieta roślinna

- Omówienie różnych systemów żywieniowych (Atkinsa, Montignaca, paleo, wegańska, wegetariańska).
- Zalety i wady diety roślinnej.
- Zielone umiejętności: Ocena wpływu różnych diet na środowisko.

Moduł 5: Suplementacja wspierająca organizm

- Bostery NO, kreatyna, beta-alanina.
- Koncentraty węglowodanowe, gainery.
- Sztuczna inteligencja w optymalizacji suplementacji.
- Zielone umiejętności: Ekologiczne suplementy i ich wpływ na środowisko.

Moduł 6: Dodatki do diety i ich znaczenie

- Rola soli w diecie, wpływ alkoholu.
- Naturalne substancje słodzące.
- Zielone umiejętności: Zdrowe alternatywy dla rafinowanych składników.

Symulacje konsultacji dietetycznych

- Prowadzenie wywiadów z klientami.

- Personalizacja diet na podstawie wyników badań.
- Wykorzystanie AI w planowaniu diet.

Dzień 3: Dietetyka w praktyce i nowe technologie

Podsumowanie poprzednich dni i wprowadzenie do dnia trzeciego

Moduł 7: Dieta a odporność i zdrowie jelit

- Jak dieta wpływa na układ odpornościowy.
- Znaczenie mikrobioty jelitowej.
- Zielone umiejętności: Dieta bezglutenowa i eliminacja substancji antyodżywczych.

Moduł 8: Nowoczesne technologie w dietetyce

- Wykorzystanie AI do analizy danych żywieniowych.
- Automatyzacja planowania diet i monitorowania postępów.
- Zielone umiejętności: Minimalizacja odpadów żywnościowych.

Moduł 9: Praktyczne aspekty dietetyki zrównoważonej

- Wdrażanie zasad zrównoważonego rozwoju w dietetyce.
- Analiza przypadków i wdrażanie ekologicznych rozwiązań.
- Zielone umiejętności: Redukcja marnowania żywności.

Moduł 10: Konsultacje dietetyczne

- Prowadzenie skutecznych konsultacji.

Egzamin – Walidacja: Test teoretyczny, obserwacja w warunkach symulowanych, wywiad swobodny

Szkolenie kończy się walidacją przeprowadzoną przez osobę wyznaczoną do tego celu. Certyfikat zostanie wydany przez jednostkę uprawnioną do certyfikacji, tj. **Fundacja My Personality Skills**, co potwierdzi zdobycie wymaganych kwalifikacji.

Walidacja:

1. Test teoretyczny - zostanie przeprowadzony w formie elektronicznej na platformie szkoleniowej. Uczestnicy po zakończeniu części dydaktycznej szkolenia przystąpią do testu sprawdzającego wiedzę z zakresu dietetyki, suplementacji oraz zasad zrównoważonego rozwoju w żywieniu, w tym wykorzystania lokalnych i ekologicznych produktów.
2. Obserwacja w warunkach symulowanych - zostanie przeprowadzona podczas zajęć online w formie zadania praktycznego. Uczestnicy otrzymają do wykonania zadanie polegające na opracowaniu przykładowego planu żywieniowego lub rekomendacji suplementacyjnych z uwzględnieniem zasad zrównoważonego rozwoju, sezonowości oraz wykorzystania lokalnych i ekologicznych produktów.
3. Wywiad swobodny - zostanie przeprowadzony indywidualnie z uczestnikiem w formie rozmowy online po zakończeniu części teoretycznej i zadania praktycznego. Celem wywiadu będzie pogłębiona weryfikacja wiedzy i umiejętności uczestnika, a także sprawdzenie jego rozumienia zagadnień związanych z dietetyką, suplementacją oraz zrównoważonym podejściem do żywienia.

Zielone kompetencje, które uzyska uczestnik szkolenia:

1. **Tworzenie ekologicznych jadłospisów:**
 - Umiejętność komponowania planów żywieniowych z wykorzystaniem lokalnych i sezonowych produktów.
 - Wdrażanie zasad zrównoważonego odżywiania, redukujących ślad węglowy i wpływ na środowisko.
2. **Zasobooszczędność w dietetyce:**
 - Ograniczanie odpadów żywnościowych poprzez odpowiednie planowanie diety.
 - Efektywne wykorzystanie składników odżywczych przy minimalizacji strat.
3. **Wdrażanie zasad zrównoważonego rozwoju:**
 - Integracja praktyk niskoemisyjnych i zasobooszczędnych w codziennej pracy dietetyka.
 - Promowanie żywienia opartego na roślinach i zrównoważonym rolnictwie.
4. **Świadomość ekologiczna:**
 - Zrozumienie wpływu diety na środowisko naturalne, w tym znaczenia diety niskoemisyjnej.
 - Propagowanie świadomego podejścia do wyborów żywieniowych u klientów.
5. **Promowanie zdrowia i ochrony środowiska:**

- Umiejętność edukacji klientów w zakresie zdrowego i ekologicznego odżywiania.
- Wskazywanie korzyści zdrowotnych i środowiskowych wynikających z ograniczenia przetworzonych produktów.

6. Analiza i minimalizacja śladu węglowego:

- Wdrażanie zasad ograniczania emisji gazów cieplarnianych w dietach klientów.
- Optymalizacja wyborów produktów o niskim wpływie na środowisko.

7. Zastosowanie nowoczesnych technologii:

- Wykorzystanie sztucznej inteligencji (AI), takich jak ChatGPT, do analizy diet i planowania jadłospisów przyjaznych środowisku.
- Automatyzacja procesów analitycznych i planowania dietetycznego z myślą o efektywności zasobowej.

8. Odpowiedzialność społeczna w pracy dietetyka:

- Propagowanie odpowiedzialności społecznej w zakresie zdrowego i zrównoważonego odżywiania.
- Wspieranie zielonej gospodarki przez promowanie odpowiedzialnej konsumpcji żywności.

9. Komunikacja proekologiczna:

- Skuteczne argumentowanie i przekonywanie klientów do wyborów ekologicznych w diecie.
- Promowanie zasad zrównoważonego odżywiania jako elementu budowania zdrowego stylu życia.

10. Praktyczne zarządzanie dietami zgodnymi z ekologią:

- Rozwiązywanie problemów żywieniowych klientów z uwzględnieniem aspektów ekologicznych.
- Planowanie działań edukacyjnych i kampanii zwiększających świadomość klientów na temat wpływu diety na środowisko.

11. Zastosowanie nowoczesnych technologii:

- Wykorzystanie sztucznej inteligencji (AI), takich jak ChatGPT, do analizy diet i planowania jadłospisów przyjaznych środowisku.
- Automatyzacja procesów analitycznych i planowania dietetycznego z myślą o efektywności zasobowej.
- Korzystanie z aplikacji mobilnych do monitorowania postępów klientów i redukcji śladu węglowego.

1. Usługa szkoleniowa będzie realizowana wg. przelicznika godzin zegarowych

2. Przerwy są wliczone w czas usługi rozwojowej.

3. Szkolenie prowadzi do nabycia kwalifikacji w zawodzie: "Dietetyka i suplementacja z elementami zrównoważonego rozwoju" - Certyfikat kwalifikacji wydawany jest z dniem ostatniego dnia szkolenia.

4. 50% czasu trwania usługi stanowią zajęcia praktyczne, co pozwala uczestnikom na zdobycie realnych umiejętności i doświadczenia w wykonywaniu zabiegów, każdy moduł prowadzony jest w formie praktyczno-teoretycznej.

5. Proces walidacji uczestników jest niezależny od procesu szkoleniowego. Osoba prowadząca szkolenie nie bierze udziału w ocenie swoich kursantów w zakresie, którego nauczają. Kończącą walidację przeprowadza inna, niezależna osoba.

6. Frekwencja: Uczestnik zobowiązany jest do udziału w minimum 80% czasu trwania usługi rozwojowej.

7. Sposób potwierdzania obecności: Obecność jest potwierdzana na podstawie raportu logowań z platformy szkoleniowej.

8. Uczestnik zobowiązuje się do posiadania kamery.

PRT:

3.3 - GOSPODAROWANIE ODPADAMI

3.6 - ZARZĄDZANIE ŚRODOWISKIEM

4.1 - TECHNOLOGIE TELEKOMUNIKACYJNE

4.2 TECHNOLOGIE INFORMACYJNE

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 22

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>1 z 22</p> <p>Wprowadzenie do szkolenia (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)</p>	Zajęcia	Martyna Zielińska	18-09-2026	08:00	08:30	00:30
<p>2 z 22</p> <p>Wprowadzenie do dietetyki i fizjologii metabolicznej (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)</p>	Zajęcia	Martyna Zielińska	18-09-2026	08:30	10:00	01:30
<p>3 z 22 -</p>	Przerwa	-	18-09-2026	10:00	10:30	00:30
<p>4 z 22</p> <p>Manipulacja makroskładnikami i znaczenie regeneracji (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)</p>	Zajęcia	Martyna Zielińska	18-09-2026	10:30	12:00	01:30
<p>5 z 22</p> <p>Mikroskładniki, antyoksydanty i ich rola w zdrowiu (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)</p>	Zajęcia	Martyna Zielińska	18-09-2026	12:00	13:30	01:30
<p>6 z 22 -</p>	Przerwa	-	18-09-2026	13:30	14:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>7 z 22</p> <p>Tworzenie spersonalizowanych planów żywieniowych (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)</p>	Zajęcia	Martyna Zielińska	18-09-2026	14:00	16:00	02:00
<p>8 z 22</p> <p>Podsumowanie dnia pierwszego i wprowadzenie do dnia drugiego (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)</p>	Zajęcia	Martyna Zielińska	19-09-2026	08:00	08:30	00:30
<p>9 z 22</p> <p>Systemy żywieniowe i dieta roślinna (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)</p>	Zajęcia	Martyna Zielińska	19-09-2026	08:30	10:00	01:30
<p>10 z 22 -</p>	Przerwa	-	19-09-2026	10:00	10:30	00:30
<p>11 z 22</p> <p>Suplementacja wspierająca organizm (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)</p>	Zajęcia	Martyna Zielińska	19-09-2026	10:30	12:00	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 22 Dodatki do diety i ich znaczenie (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Martyna Zielińska	19-09-2026	12:00	13:30	01:30
13 z 22 -	Przerwa	-	19-09-2026	13:30	14:00	00:30
14 z 22 Symulacje konsultacji dietetycznych (ćwiczenia, rozmowa na żywo, chat, współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Martyna Zielińska	19-09-2026	14:00	16:00	02:00
15 z 22 Podsumowanie poprzednich dni i wprowadzenie do dnia trzeciego (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Martyna Zielińska	20-09-2026	08:00	08:30	00:30
16 z 22 Dieta a odporność i zdrowie jelit (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Martyna Zielińska	20-09-2026	08:30	10:00	01:30
17 z 22 -	Przerwa	-	20-09-2026	10:00	10:30	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
18 z 22 Nowoczesne technologie w dietetyce (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Martyna Zielińska	20-09-2026	10:30	12:00	01:30
19 z 22 Praktyczne aspekty dietetyki zrównoważonej (Wykład, ćwiczenia, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Martyna Zielińska	20-09-2026	12:00	13:30	01:30
20 z 22 -	Przerwa	-	20-09-2026	13:30	14:00	00:30
21 z 22 Konsultacje dietetyczne i podsumowanie (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Martyna Zielińska	20-09-2026	14:00	15:00	01:00
22 z 22 -	Walidacja	-	20-09-2026	15:00	16:00	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
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	28:00

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

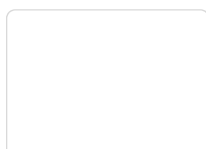
Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 150,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	256,25 PLN
Koszt osobogodziny netto	208,33 PLN
W tym koszt walidacji brutto	984,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	800,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	153,75 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	125,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	24:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Martyna Zielińska



Martyna Zielińska, absolwentka Dietetyki Klinicznej na Akademii Krakowskiej, to dyplomowany dietetyk kliniczny specjalizujący się w kompleksowej opiece żywieniowej. W 2023r ukończyła szkolenie pt. "Zielone Kompetencje w Dietetyce - Zrównoważone Strategie Żywieniowe", poszerzając swoje umiejętności o aspekty związane z zrównoważonym żywieniem i ekologicznym podejściem do komponowania diet. W 2024r Ukończyła szkolenie pt. „Cyfrowe narzędzia w pracy biurowej i AI – efektywne zarządzanie dokumentacją i danymi”. Obecnie pracuje w firmie FITELITE oraz prowadzi własny gabinet MZ Dietetyka, oferując indywidualne konsultacje i spersonalizowane plany żywieniowe. Jej misją jest wspieranie pacjentów w osiągnięciu celów zdrowotnych poprzez profesjonalną opiekę dietetyczną i edukację żywieniową. Stale podnosi swoje kwalifikacje, uczestnicząc w szkoleniach branżowych, co pozwala jej stosować najnowsze, sprawdzone metody wspierające zdrowie pacjentów.

Jako trenerka przeprowadziła ponad 300 godzin szkoleniowych. Kluczowe kwalifikacje i doświadczenie prowadzącego zostały zdobyte w ciągu ostatnich 5 lat. Trener stale podnosi swoje kwalifikacje, zdobywając nowe umiejętności.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy szkolenia otrzymają komplet profesjonalnych materiałów edukacyjnych, które obejmują zarówno materiały teoretyczne, jak i praktyczne. W skład zestawu wchodzi:

1. **Szczegółowe skrypty szkoleniowe** – zawierające wiedzę teoretyczną dotyczącą marketingu internetowego w social mediach
2. **Certyfikat ukończenia szkolenia** – potwierdzający zdobycie nowych kwalifikacji, który może być cennym dodatkiem do CV.

Dzięki temu uczestnicy będą mieli dostęp do kompleksowej wiedzy oraz narzędzi niezbędnych do samodzielnej pracy po zakończeniu szkolenia.

Warunki uczestnictwa

-

Informacje dodatkowe

W przypadku dofinansowania usługi szkoleniowej na poziomie co najmniej 70 jest zwolniona z podatku VAT.

Podstawa: §3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenie Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz. U. z 2015, poz. 736)

Wynik walidacji przekazywany jest uczestnikowi w dniu jej przeprowadzenia, tj. w ostatnim dniu realizacji usługi. Certyfikat potwierdzający uzyskanie kwalifikacji wręczany jest uczestnikowi w ostatnim dniu realizacji usługi rozwojowej.

Usługa szkoleniowa będzie realizowana wg. przelicznika godzin zegarowych

Warunki techniczne

Miejsce realizacji usługi: on-line.

Szkolenie będzie przeprowadzane za pośrednictwem platformy ZOOM.

Wymagania sprzętowe:

- Komputer, bądź laptop z aktualną przeglądarką internetową (polecany chrom) - wymagania sprzętowe: Dual Core 2Ghz lub wyższy, 4gb ram (zalecane)
- Smartfon, bądź tablet z systemem Android/iOS (wymagane pobranie aplikacji ZOOM)
- Słuchawki/Głośniki
- Mikrofon
- Dostęp do internetu o preferowanej szybkości min. 1 MB/s

Dolączenie do szkolenia następuje poprzez kliknięcie w przesłany link (dostępny tylko i wyłącznie na czas trwania szkolenia), czas trwania szkolenia przedstawiony jest w harmonogramie.

Kontakt



Wojciech Podlejski

E-mail w.podlejski@awdir.pl

Telefon (+48) 533 530 202