

BEAUTY
EVOLUTION

★★★★★ 4,9 / 5

96 ocen

**Szkolenie: Animator oszczędnego
korzystania z energii w miejscu pracy –
praktyczne działania i cyfrowy rejestr
zużycia**

Numer usługi 2026/09/21/177951/3825400

📍 Tychy

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 08:00 h

📅 23.12.2026 do 23.12.2026

3 000,00 PLN brutto

3 000,00 PLN netto

375,00 PLN brutto/h

375,00 PLN netto/h

237,04 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Ekologia i rolnictwo / Ochrona środowiska

Grupa docelowa usługi

Pracownicy przedsiębiorstw różnych branż, którzy korzystają z urządzeń, oświetlenia lub wyposażenia stanowiska pracy i mają wpływ na zużycie energii w ramach swoich obowiązków. Szkolenie dla osób początkujących, potrzebujących podstawowych umiejętności rozpoznawania zbędnego zużycia, stosowania prostych usprawnień i cyfrowego dokumentowania wyników. Wymagana podstawowa obsługa komputera: użycie myszy i klawiatury, wpisanie tekstu oraz otwarcie i zapisanie pliku. Nie jest wymagane doświadczenie w energetyce ani obsłudze arkusza kalkulacyjnego. Przykłady dostosowane są do zadań uczestników i zakresu ich uprawnień.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

20

Data zakończenia rekrutacji

22-12-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat VCC Akademia Edukacyjna

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do rozpoznawania zbędnego zużycia energii w miejscu pracy i dobierania oszczędnych sposobów użytkowania urządzeń zgodnie z instrukcjami. Uczestnik prowadzi cyfrowy rejestr odczytów, oblicza i porównuje zużycie energii oraz planuje proste usprawnienie ze sposobem pomiaru efektu, z zachowaniem bezpieczeństwa i zakresu swoich uprawnień.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje zasady oszczędnego i bezpiecznego korzystania z energii.	Rozróżnia moc urządzenia i zużycie energii.	Test teoretyczny
	Wskazuje źródła zbędnego zużycia energii na stanowisku pracy.	Test teoretyczny
	Wyjaśnia wpływ ustawień i czasu pracy urządzeń na zużycie energii.	Test teoretyczny
	Wskazuje warunki porównywania odczytów oraz zasady bezpiecznej obsługi.	Test teoretyczny
	Dobiera stan pracy 3 urządzeń zgodnie z instrukcjami i potrzebami stanowiska.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje zasady oszczędnego użytkowania urządzeń.	Ustawia tryb oszczędzania energii na komputerze ćwiczeniowym zgodnie z poleceniem.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wskazuje sytuacje wymagające zgłoszenia zamiast samodzielnej ingerencji w urządzenie.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Prowadzi cyfrowy rejestr odczytów zużycia energii.	Wprowadza 6 odczytów licznika z datą i jednostką, zgodnie z danymi źródłowymi.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Koryguje błędną jednostkę i zdublowany wpis w rejestrze.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Zapisuje i otwiera plik we wskazanej lokalizacji oraz sprawdza kompletność danych.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Oblicza zużycie energii jako różnicę kolejnych odczytów licznika.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Oblicza formułą sumy zużycia w dwóch porównywalnych okresach.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Porównuje zużycie energii w arkuszu kalkulacyjnym.	Interpretuje zmianę zużycia z uwzględnieniem czasu pracy lub liczby zadań.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Planuje działania ograniczające zbędne zużycie energii.	Dobiera działanie do rozpoznanej przyczyny zbędnego zużycia energii.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Zapisuje w cyfrowej karcie działanie, wymagane uzgodnienia i sposób pomiaru efektu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uzasadnia wybór działania z uwzględnieniem danych, bezpieczeństwa i warunków pracy.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uzasadnia odpowiedzialność i współpracę przy oszczędzaniu energii.	Wskazuje granice własnych uprawnień i sytuacje wymagające konsultacji.	Wywiad swobodny
	Proponuje sposób uzgodnienia oszczędnego korzystania z urządzeń ze współpracownikiem.	Wywiad swobodny
	Uzasadnia potrzebę zgłaszania nieprawidłowości i korygowania błędów w rejestrze.	Wywiad swobodny

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

Program rozwija zielone i cyfrowe umiejętności potrzebne do oszczędnego korzystania z energii w codziennej pracy. Zielona transformacja obejmuje rozpoznawanie zbędnego zużycia, dobór ustawień i sposobu użytkowania urządzeń oraz sprawdzanie efektów przyjętych zmian. Uczestnicy analizują sytuacje na stanowisku pracy i wybierają działania możliwe do wykonania w granicach swoich

obowiązków.

Efektywność energetyczna jest przedstawiana jako uzyskanie potrzebnego rezultatu pracy przy ograniczeniu nieuzasadnionego zużycia energii. Ćwiczenia obejmują tryby pracy urządzeń, oświetlenie, czas bezczynności oraz korzystanie z instrukcji. Uczestnicy rozróżniają działania pracownika od decyzji wymagających uzgodnienia z przełożonym lub osobą odpowiedzialną za obsługę techniczną.

Cyfryzacja polega na prowadzeniu rejestru odczytów licznika, sprawdzaniu jakości danych i wykonywaniu prostych obliczeń w arkuszu. Uczestnicy rozróżniają odczyt narastający od zużycia w danym okresie, obliczają różnice i porównują okresy o podobnym czasie pracy lub liczbie zadań. Wyniki służą do przygotowania konkretnego działania oszczędnościowego ze sposobem pomiaru efektu.

Program odnosi się do wybranych kompetencji DigComp: zarządzania informacjami i danymi (1.3) przez porządkowanie odczytów i porównywanie zużycia; tworzenia treści cyfrowych (3.1) przez uzupełnianie rejestru i karty działania; oraz twórczego wykorzystania technologii cyfrowych (5.3) przez wykorzystanie obliczeń do zaplanowania usprawnienia. Odniesienie dotyczy zadań ujętych w efektach uczenia się i sprawdzanych podczas walidacji.

DZIEŃ I. OSZCZĘDNE KORZYSTANIE Z ENERGII I CYFROWE MONITOROWANIE

08:00–09:00 – Zasady oszczędnego korzystania z energii – TEORIA

- zielona transformacja a codzienne korzystanie z urządzeń;
- moc urządzenia, zużycie energii i jednostki danych;
- źródła zbędnego poboru oraz wpływ czasu i trybu pracy;
- bezpieczeństwo, instrukcje i granice uprawnień pracownika.

09:00–10:30 – Oszczędne użytkowanie urządzeń i cyfrowy rejestr – PRAKTYKA

- analiza opisów stanowisk i instrukcji urządzeń;
- dobór stanu pracy oraz ustawienie trybu oszczędzania energii na komputerze ćwiczeniowym;
- odczytywanie przykładowych wskazań licznika i wprowadzanie danych do szablonu;
- sprawdzanie jednostek, poprawianie błędów oraz zapisywanie i otwieranie pliku.

10:30–11:00 – przerwa

11:00–12:30 – Obliczanie i porównywanie zużycia energii – PRAKTYKA

- obliczanie zużycia jako różnicy kolejnych odczytów;
- sumowanie zużycia i zestawienie dwóch okresów;
- uwzględnianie czasu pracy lub liczby wykonywanych zadań;
- interpretowanie wyników i wskazywanie obszaru wymagającego usprawnienia.

12:30–13:00 – przerwa

13:00–14:00 – Plan oszczędzania energii i odpowiedzialna współpraca – PRAKTYKA

- dobór działania do rozpoznanej przyczyny zbędnego zużycia;
- opracowanie cyfrowej karty działania, wymaganych uzgodnień i sposobu pomiaru efektu;
- uzasadnienie zmiany z uwzględnieniem bezpieczeństwa i warunków pracy;
- samodzielne zadanie podsumowujące, konsultowanie wątpliwości i omówienie pracy z trenerem.

14:00–16:00 – Walidacja efektów uczenia się

- test teoretyczny – zasady korzystania z energii, jednostki i bezpieczeństwo;
- obserwacja w warunkach symulowanych – ustawienia urządzenia, rejestr, obliczenia i plan oszczędzania;
- wywiad swobodny – odpowiedzialność, współpraca, zgłaszanie nieprawidłowości i błędów.

WARUNKI ORGANIZACYJNE

Szkolenie stacjonarne, w grupie 2–20 osób. Każdy uczestnik korzysta z komputera z odpowiednim oprogramowaniem oraz materiałów do samodzielnego wykonania ćwiczeń. Zajęcia obejmują krótkie omówienia, pokaz, analizę przykładów i zadania praktyczne. Przykłady dostosowane są do zadań zawodowych uczestników.

Ćwiczenia prowadzone są z wykorzystaniem komputera ćwiczeniowego, opisów urządzeń, instrukcji i przykładowych odczytów liczników. Nie obejmują prac przy instalacjach, napraw ani zmiany zabezpieczeń. Cyfrowy rejestr służy wewnętrznemu monitorowaniu zużycia; szkolenie nie nadaje uprawnień energetycznych.

Usługa obejmuje 8 godzin zegarowych: 5 godz. zajęć szkoleniowych, 2 godz. walidacji oraz 1 godz. przerw. Część szkoleniowa obejmuje 1 godz. teorii oraz 4 godz. ćwiczeń praktycznych. Przerwy są wliczone do czasu usługi.

Walidacja efektów uczenia się przeprowadzana jest z zachowaniem rozdzielności funkcji szkoleniowej i walidacyjnej. Osoba prowadząca walidację nie uczestniczy w procesie szkolenia. Osiągnięcie efektów uczenia się sprawdzane jest indywidualnie, zgodnie z kryteriami i metodami wskazanymi w Karcie Usługi. Warunkiem uzyskania pozytywnego wyniku jest spełnienie wszystkich kryteriów weryfikacji. Wyniki walidacji dokumentowane są w arkuszach oceny. Uczestnik otrzymuje informację o wyniku bezpośrednio po zakończeniu walidacji.

Organizacja walidacji dla pełnej grupy wymaga zapewnienia równoległych stanowisk i odpowiedniej liczby walidatorów. Podział czasu między trzy metody oraz obsada walidacji zostaną określone przed realizacją usługi.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 7

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 7 Zasady oszczędnego korzystania z energii – TEORIA	Zajęcia	Mateusz Waluś	23-12-2026	08:00	09:00	01:00
2 z 7 Oszczędne użytkowanie urządzeń i cyfrowy rejestr – PRAKTYKA	Zajęcia	Mateusz Waluś	23-12-2026	09:00	10:30	01:30
3 z 7 -	Przerwa	-	23-12-2026	10:30	11:00	00:30
4 z 7 Obliczanie i porównywanie zużycia energii – PRAKTYKA	Zajęcia	Mateusz Waluś	23-12-2026	11:00	12:30	01:30
5 z 7 -	Przerwa	-	23-12-2026	12:30	13:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 7 Plan oszczędzania energii i odpowiedzial na współpraca – PRAKTYKA	Zajęcia	Mateusz Waluś	23-12-2026	13:00	14:00	01:00
7 z 7 -	Walidacja	-	23-12-2026	14:00	16:00	02:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	08:00
w tym suma godzin zajęć	05:00
w tym suma godzin walidacji	02:00
w tym suma przerw	01:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	09:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 000,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	375,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	375,00 PLN
W tym koszt walidacji brutto	500,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	500,00 PLN

W tym koszt certyfikowania brutto

100,00 PLN

W tym koszt certyfikowania netto

100,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin

Liczba godzin

Liczba godzin zegarowych usługi

08:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Mateusz Waluś

Trener z pięcioletnim doświadczeniem we współpracy z małymi i średnimi przedsiębiorstwami, absolwent Wydziału Prawa Wyższej Szkoły Finansów i Prawa w Bielsku-Białej. Specjalizuje się w gospodarce o obiegu zamkniętym (GOZ), efektywnym wykorzystaniu zasobów oraz stosowaniu narzędzi cyfrowych wspierających działania środowiskowe.

Od 2021 roku prowadzi szkolenia dotyczące rozpoznawania strat w procesach pracy, ograniczania marnotrawstwa materiałów i interpretowania danych środowiskowych. Od 2022 roku realizuje również szkolenia z cyfryzacji, zarządzania danymi i wykorzystania narzędzi do monitorowania zasobów. Tworzy programy wspierające wdrażanie praktyk ekologicznych oraz współpracę pracowników przy usprawnianiu codziennych działań. Doświadczenie dydaktyczne w tych obszarach zdobywał w okresie ostatnich 5 lat.

W ramach niniejszego szkolenia prowadzi zajęcia dotyczące rozpoznawania zbędnego zużycia energii, korzystania z ustawień oszczędzania, cyfrowego rejestrowania odczytów, porównywania zużycia oraz planowania usprawnień w miejscu pracy.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje elektroniczne materiały obejmujące: zasady oszczędnego korzystania z energii, przykładowe instrukcje urządzeń, checklistę stanowiska pracy, zestaw odczytów liczników, pusty i wypełniony rejestr w arkuszu kalkulacyjnym, instrukcję obliczania zużycia i porównywania okresów, kartę planowania usprawnienia oraz opis efektów, kryteriów i przebiegu walidacji. Organizator zapewnia komputer z arkuszem kalkulacyjnym i środowisko ćwiczeniowe do zmiany ustawień oszczędzania energii. Dane i instrukcje służą ćwiczeniom; uczestnicy nie wykonują prac przy instalacjach elektrycznych.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uczestnictwa jest podstawowa obsługa komputera: korzystanie z myszy i klawiatury, wpisywanie tekstu oraz otwieranie i zapisywanie plików. Nie jest wymagane doświadczenie w energetyce ani znajomość arkusza kalkulacyjnego. Szkolenie jest przeznaczone dla osób początkujących, zgodnie z opisaną grupą docelową.

Adres

ul. Budowlanych 166
43-100 Tychy
woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Mateusz Waluś

E-mail mwaluspmu@gmail.com

Telefon (+48) 531 710 557