



ORKISZOWE POLA  
SPÓŁKA Z  
OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚĆ  
CIĄ

Brak ocen dla tego dostawcy

## Szkolenie: „Jak wspierać zdrowie współczesnej kobiety na każdym etapie życia – praktyczne wykorzystanie Tradycyjnej Medycyny Chińskiej w profilaktyce zdrowia i budowaniu dobrostanu.”

Numer usługi 2026/09/28/199726/3841007

- Usługa szkoleniowa
- zdalna w czasie rzeczywistym
- Zajęcia grupowe
- 24:30 h
- 21.11.2026 do 30.11.2026

1 650,00 PLN brutto  
1 650,00 PLN netto  
67,35 PLN brutto/h  
67,35 PLN netto/h  
81,67 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

| Kategoria                       | Styl życia / Dietetyka                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Grupa docelowa usługi           | Szkolenie jest skierowane do wszystkich pełnoletnich kobiet, które chcą wesprzeć swoje zdrowie na każdym etapie życia oraz do specjalistów pracujących zawodowo w zakresie wspierania zdrowia. |
| Minimalna liczba uczestników    | 3                                                                                                                                                                                              |
| Maksymalna liczba uczestników   | 20                                                                                                                                                                                             |
| Data zakończenia rekrutacji     | 20-11-2026                                                                                                                                                                                     |
| 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

Szkolenie przygotowuje do samodzielnego rozpoznawania i analizowania czynników wpływających na zdrowie i dobrostan kobiet na różnych etapach życia oraz do świadomego wykorzystywania wybranych narzędzi Tradycyjnej Medycyny Chińskiej wspierających profilaktykę zdrowotną, równowagę psychofizyczną i zarządzanie własnymi zasobami energii.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

| Efekty uczenia się                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Kryteria weryfikacji                                                                          | Metoda walidacji |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| Uczestnik: Charakteryzuje współczesne role pełnione przez kobiety ich wpływ na zdrowie, dobrostan i budowanie kobiecej tożsamości.                                                                                                                                                                           | omawia wpływ pełnionych ról społecznych na funkcjonowanie kobiety;                            | Test teoretyczny |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | wskazuje minimum 3 czynniki wpływające na kształtowanie kobiecej tożsamości;                  | Test teoretyczny |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | identyfikuje minimum 3 sygnały świadczące o przeciążeniu organizmu                            | Test teoretyczny |
| Wyjaśnia podstawowe założenia Tradycyjnej Medycyny Chińskiej dotyczące zdrowia kobiety na poszczególnych etapach życia kobiety.                                                                                                                                                                              | definiuje pojęcia Qi, Krew, Yin i Yang;                                                       | Test teoretyczny |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | wymienia minimum 3 cechy charakterystyczne poszczególnych etapów życia kobiety według TCM;    | Test teoretyczny |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | wskazuje minimum 3 zasady wspierania organizmu na różnych etapach życia kobiety.              | Test teoretyczny |
| Wyjaśnia znaczenie energii Nerek (Jing), funkcji Wątroby oraz swobodnego przepływu Qi dla zachowania równowagi organizmu kobiety zgodnie z założeniami TMC.<br><br>Rozpoznaje emocje oraz wyjaśnia ich wpływ na funkcjonowanie organizmu zgodnie z założeniami psychologii wgTradycyjnej Medycyny Chińskiej. | definiuje pojęcie energii Jing i jej znaczenia dla zdrowia kobiety zgodnie z założeniami TMC; | Test teoretyczny |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | wskazuje minimum 2 objawy wyczerpania Jing Nerek                                              | Test teoretyczny |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | wskazuje minimum 2 objawy zastoju Qi Wątroby                                                  | Test teoretyczny |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | proponuje minimum 3 działania przywracają ce równowagę organizmu                              | Test teoretyczny |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | rozpoznaje i nazywa podstawowe emocje;                                                        | Test teoretyczny |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | omawia zależności pomiędzy emocjami a funkcjonowaniem organizmu;                              | Test teoretyczny |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | wskazuje minimum 3 sposoby wspierania równowagi emocjonalnej.                                 | Test teoretyczny |

| Efekty uczenia się                                                                                                                                                                                                                       | Kryteria weryfikacji                                                                                              | Metoda walidacji                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| Wyjaśnia znaczenie odżywiania, ziołoterapii oraz metod wspierających organizm kobiety zgodnie z założeniami Tradycyjnej Medycyny Chińskiej.                                                                                              | omawia podstawowe zasady żywienia według TCM na poszczególnych etapach życia kobiety;                             | Test teoretyczny                         |
|                                                                                                                                                                                                                                          | wskazuje znaczenie ziołoterapii i akupunktury we wspieraniu zdrowia kobiet                                        | Test teoretyczny                         |
|                                                                                                                                                                                                                                          | dobiera działania wspierające organizm do wybranego etapu życia kobiety.                                          | Test teoretyczny                         |
| Wyjaśnia znaczenie snu, regeneracji oraz rytmu dobowego dla utrzymania dobrostanu i równowagi organizmu.                                                                                                                                 | omawia wpływ jakości snu na funkcjonowanie organizmu;                                                             | Test teoretyczny                         |
|                                                                                                                                                                                                                                          | skazuje podstawowe zasady wspierania organizmu zgodnie z rytmem dobowym;                                          | Test teoretyczny                         |
|                                                                                                                                                                                                                                          | wymienia minimum 3 działania wspierające regenerację organizmu.                                                   | Test teoretyczny                         |
| Stosuje poznane podczas szkolenia techniki wspierające świadomość ciała, redukcję napięcia i regenerację organizmu.<br><br>Opracowuje plan działań wspierających zdrowie i dobrostan z wykorzystaniem wiedzy zdobytej podczas szkolenia. | wykonuje poznane ćwiczenie oddechowe zgodnie z instrukcją prowadzącego;                                           | Obserwacja w warunkach rzeczywistych     |
|                                                                                                                                                                                                                                          | lokalizuje omawiane podczas szkolenia podstawowe punkty akupresurowe;                                             | Obserwacja w warunkach rzeczywistych     |
|                                                                                                                                                                                                                                          | wykonuje element automasażu zgodnie z instrukcją prowadzącego.                                                    | Obserwacja w warunkach rzeczywistych     |
|                                                                                                                                                                                                                                          | identyfikuje potrzebę zdrowotną analizowanego przypadku;                                                          | Test teoretyczny                         |
|                                                                                                                                                                                                                                          | opracowuje plan obejmujący minimum 3 działania wspierające zdrowie;<br><br>uzasadnia dobór zaplanowanych działań. | Test teoretyczny<br><br>Test teoretyczny |

## 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

Forma i czas:

Szkolenie realizowane w formie zdalnej w czasie rzeczywistym.

Czas trwania podany w godzinach zegarowych.

Program

Część teoretyczna:

**Moduł I. Role kobiety a jej tożsamość (1 godz. 30 min.)**

**Zakres tematyczny**

1. Współczesne role pełnione przez kobiety oraz ich wpływ na dobrostan.
2. Kształtowanie kobiecości w środowisku rodzinnym i społecznym.
3. Znaczenie relacji matka–córka oraz ojciec–córka dla budowania tożsamości.
4. Świadomość ciała jako element profilaktyki zdrowia.
5. Najczęściej występujące wzorce funkcjonowania kobiet prowadzące do przeciążenia.
6. Znaczenie poczucia bezpieczeństwa dla równowagi psychofizycznej.

**Metody szkoleniowe**

- wykład z prezentacją online,
- dyskusja moderowana na platformie szkoleniowej,

**Moduł II. Kobieta w 7-letnich cyklach życia według Tradycyjnej Medycyny Chińskiej (3 godz.)**

**Zakres tematyczny**

1. Rozwój kobiety w siedmioletnich cyklach życia.
2. Charakterystyka kolejnych etapów życia.
3. Fizjologiczne zmiany zachodzące w organizmie.
4. Przygotowanie organizmu do kolejnych etapów życia.
5. Najczęściej występujące zaburzenia na poszczególnych etapach.
6. Profilaktyka wspierająca zdrowie kobiety zgodnie z założeniami TCM.

**Metody szkoleniowe**

- wykład z prezentacją online,
- dyskusja moderowana,
- pytania i odpowiedzi.

## Moduł III. Rdzeń kobiecości – Nerki i energia Jing (1 godz. 30 min.)

### Zakres tematyczny

1. Znaczenie energii Jing.
2. Yin i Yang Nerek.
3. Wpływ stylu życia na zasoby energetyczne.
4. Stres i przeciążenie a osłabienie energii.
5. Działania wspierające regenerację.

### Metody szkoleniowe

- wykład z prezentacją online,
- dyskusja moderowana,
- pytania i odpowiedzi.

## Moduł IV. Wątroba i stagnacja Qi (2 godz.)

### Zakres tematyczny

1. Rola Wątroby w organizmie kobiety.
2. Hormony w ujęciu Tradycyjnej Medycyny Chińskiej.
3. Stagnacja Qi – przyczyny i objawy.
4. Wpływ przewlekłego stresu na organizm.
5. Działania wspierające swobodny przepływ Qi.

### Metody szkoleniowe

- wykład z prezentacją online,
- dyskusja moderowana,
- pytania i odpowiedzi.
- ćwiczenia refleksyjne.

Część teoretyczna z elementami praktyki:

## Moduł V. Emocje kobiety (1 godz. 30 min.)

### Zakres tematyczny

1. Rozpoznawanie emocji.
2. Funkcje emocji.
3. Świadomość emocjonalna.
4. Emocje jako źródło informacji o potrzebach.
5. Wpływ emocji na zdrowie.

### Metody szkoleniowe

- wykład z prezentacją online,
- dyskusja moderowana,
- pytania i odpowiedzi.
- ćwiczenia refleksyjne.

## Moduł VI. Emocje i narządy według TCM (3godz.)

### Zakres tematyczny

1. Powiązanie emocji z narządami.
2. Emocje w psychologii akademickiej.
3. Psychosomatyka.
4. Regulacja emocji.
5. Praktyczne sposoby wspierania równowagi emocjonalnej.

### Metody szkoleniowe

- wykład z prezentacją online,
- dyskusja moderowana,
- pytania i odpowiedzi.
- ćwiczenia refleksyjne.
- analiza przypadków,

Część praktyczna:

## Moduł VII. Odżywianie, ziołoterapia i akupunktura wspierające zdrowie kobiet (3 godz. 30 min.)

### Zakres tematyczny

1. Dieta zgodna z etapem życia kobiety.
2. Zasady żywienia według Tradycyjnej Medycyny Chińskiej.
3. Znaczenie ziół w profilaktyce.
4. Podstawy akupunktury i akupresury.
5. Dobór działań wspierających przy najczęstszych zaburzeniach.
6. Studium przypadków.

### Metody szkoleniowe

- wykład z prezentacją,
- analiza przypadków,
- dobór sposobu postępowania do opisanego przypadku,
- opracowanie propozycji działań dla przykładowego przypadku,
- rozwiązywanie studiów przypadków indywidualnie.

Część teoretyczna:

## Moduł VIII. Sen i regeneracja (1 godz. 30 min.)

### Zakres tematyczny

1. Znaczenie jakości snu.
2. Biologiczny zegar narządów.
3. Rytm dobowy.
4. Regeneracja organizmu.
5. Zarządzanie energią.

### Metody szkoleniowe

- wykład,
- prezentacja,
- dyskusja.

Część praktyczna:

## Moduł IX. Praktyki wspierające regenerację i dobrostan (2 godz. 15 min.)

### Zakres tematyczny

1. Ćwiczenia oddechowe wykonywane online.
2. Ćwiczenia zwiększające świadomość ciała.
3. Techniki redukcji napięcia możliwe do samodzielnego wykonywania w domu.
4. Wyznaczanie własnych granic.
5. Opracowanie kompleksowego planu wspierania zdrowia.

### Metody szkoleniowe

- instruktaż online,
- ćwiczenia wykonywane przez uczestników podczas transmisji,
- omówienie rezultatów,
- praca indywidualna,
- dyskusja moderowana.

### Walidacja (45 min.)

Test teoretyczny: 25 minut. Uczestnicy wypełniają test równocześnie. Czas na 1 uczestnika: 25 min  
Prezentacja: 20 minut. Zadania praktyczne obserwowane równolegle. Czas na 1 uczestnika: 20 min

Po zakończeniu części szkoleniowej przeprowadzana jest walidacja efektów uczenia się przez osobę nieuczestniczącą w prowadzeniu szkolenia.

Metody walidacji:

- test teoretyczny,
- obserwacja w warunkach rzeczywistych podczas wykonywania zadań praktycznych online.

Wykłady, prezentacje, dyskusje, analiza przypadków, ćwiczenia wykonywane podczas szkolenia, praca indywidualna oraz aktywności realizowane z wykorzystaniem platformy do wideokonferencji stanowią element procesu dydaktycznego i służą osiągnięciu efektów uczenia się. Nie stanowią walidacji efektów uczenia się. Walidacja odbywa się po zakończeniu części szkoleniowej i jest prowadzona przez osobę walidującą, która nie uczestniczyła w prowadzeniu szkolenia, co zapewnia rozdzielenie procesu szkolenia od procesu walidacji.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 27

| Przedmiot / temat                                                                                                   | Typ aktywności | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>1 z 27</div> Moduł 1<br>Rola kobiety a jej tożsamość                                                           | Zajęcia        | Anna Kremnicka | 21-11-2026            | 09:00               | 10:30               | 01:30         |
| <div>2 z 27</div> -                                                                                                 | Przerwa        | -              | 21-11-2026            | 10:30               | 10:45               | 00:15         |
| <div>3 z 27</div> Moduł 2. cz. 1.<br>Kobieta w 7-letnich cyklach życia według Tradycyjnej Medycyny Chińskiej cz. 1. | Zajęcia        | Anna Kremnicka | 21-11-2026            | 10:45               | 12:15               | 01:30         |
| <div>4 z 27</div> -                                                                                                 | Przerwa        | -              | 21-11-2026            | 12:15               | 13:00               | 00:45         |
| <div>5 z 27</div> Moduł 2 cz. 2.<br>Kobieta w 7-letnich cyklach życia według Tradycyjnej Medycyny Chińskiej cz. 2.  | Zajęcia        | Anna Kremnicka | 21-11-2026            | 13:00               | 14:30               | 01:30         |

| Przedmiot / temat                                        | Typ aktywności | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|----------------------------------------------------------|----------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 6 z 27 -                                                 | Przerwa        | -              | 21-11-2026            | 14:30               | 14:45               | 00:15         |
| 7 z 27 Moduł 3. Rdzeń kobiecości – Nerki i energia Jing  | Zajęcia        | Anna Kremnicka | 21-11-2026            | 14:45               | 16:15               | 01:30         |
| 8 z 27 Moduł 4 cz. 1. Wątroba i stagnacja Qi cz.1.       | Zajęcia        | Anna Kremnicka | 24-11-2026            | 17:00               | 18:00               | 01:00         |
| 9 z 27 -                                                 | Przerwa        | -              | 24-11-2026            | 18:00               | 18:15               | 00:15         |
| 10 z 27 Moduł 4 cz. 2. Wątroba i stagnacja Qi Cz. 2.     | Zajęcia        | Anna Kremnicka | 24-11-2026            | 18:15               | 19:15               | 01:00         |
| 11 z 27 -                                                | Przerwa        | -              | 24-11-2026            | 19:15               | 19:30               | 00:15         |
| 12 z 27 Moduł 5. Emocje kobiety                          | Zajęcia        | Anna Kremnicka | 24-11-2026            | 19:30               | 21:00               | 01:30         |
| 13 z 27 Moduł 6 cz.1. Emocje i narządy według TCM cz. 1. | Zajęcia        | Anna Kremnicka | 28-11-2026            | 09:00               | 10:30               | 01:30         |
| 14 z 27 -                                                | Przerwa        | -              | 28-11-2026            | 10:30               | 10:45               | 00:15         |
| 15 z 27 Moduł 6 cz.2. Emocje i narządy według TCM cz. 2. | Zajęcia        | Anna Kremnicka | 28-11-2026            | 10:45               | 12:15               | 01:30         |
| 16 z 27 -                                                | Przerwa        | -              | 28-11-2026            | 12:15               | 13:00               | 00:45         |

| Przedmiot / temat                                                                                      | Typ aktywności | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>17 z 27</b> Moduł 7. cz.1. Odżywianie, ziołoterapia i akupunktura wspierające zdrowie kobiet cz. 1. | Zajęcia        | Anna Kremnicka | 28-11-2026            | 13:00               | 14:30               | 01:30         |
| <b>18 z 27</b> -                                                                                       | Przerwa        | -              | 28-11-2026            | 14:30               | 14:45               | 00:15         |
| <b>19 z 27</b> Moduł 7. cz.2. Odżywianie, ziołoterapia i akupunktura wspierające zdrowie kobiet cz. 2. | Zajęcia        | Anna Kremnicka | 28-11-2026            | 14:45               | 15:45               | 01:00         |
| <b>20 z 27</b> Moduł 7. cz.3. Odżywianie, ziołoterapia i akupunktura wspierające zdrowie kobiet cz. 3. | Zajęcia        | Anna Kremnicka | 28-11-2026            | 15:45               | 16:45               | 01:00         |
| <b>21 z 27</b> Moduł 8. Sen i regeneracja                                                              | Zajęcia        | Anna Kremnicka | 30-11-2026            | 16:30               | 18:00               | 01:30         |
| <b>22 z 27</b> -                                                                                       | Przerwa        | -              | 30-11-2026            | 18:00               | 18:15               | 00:15         |
| <b>23 z 27</b> Moduł 9. cz.1. Praktyki wspierające regenerację i dobrostan cz.1.                       | Zajęcia        | Anna Kremnicka | 30-11-2026            | 18:15               | 19:45               | 01:30         |
| <b>24 z 27</b> -                                                                                       | Przerwa        | -              | 30-11-2026            | 19:45               | 20:15               | 00:30         |
| <b>25 z 27</b> Moduł 9. cz.2. Praktyki wspierające regenerację i dobrostan cz.2.                       | Zajęcia        | Anna Kremnicka | 30-11-2026            | 20:15               | 21:00               | 00:45         |

| Przedmiot / temat | Typ aktywności | Prowadzący | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------|----------------|------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 26 z 27 -         | Przerwa        | -          | 30-11-2026            | 21:00               | 21:15               | 00:15         |
| 27 z 27 -         | Walidacja      | -          | 30-11-2026            | 21:15               | 22:00               | 00:45         |

## Podsumowanie

| Rodzaj godzin                        | Liczba godzin |
|--------------------------------------|---------------|
| Suma godzin zegarowych usługi        | 24:30         |
| w tym suma godzin zajęć              | 19:45         |
| w tym suma godzin walidacji          | 00:45         |
| w tym suma przerw                    | 04:00         |
| Suma godzin dydaktycznych bez przerw | 27:15         |

# Cennik

## Cennik

| Rodzaj ceny                                                                     | Cena         |
|---------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto                                       | 1 650,00 PLN |
| Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT |              |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto                                        | 1 650,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                                                       | 67,35 PLN    |
| Koszt osobogodziny netto                                                        | 67,35 PLN    |

## Liczba godzin usługi

| Rodzaj godzin                   | Liczba godzin |
|---------------------------------|---------------|
| Liczba godzin zegarowych usługi | 24:30         |

# Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

## Anna Kremnicka

Anna Kremnicka - Terapeutka medycyny chińskiej z ponad 25 letnim doświadczeniem w prowadzeniu pacjentów w gabinecie. Trenerka Nowego Pojmowania Zdrowia – podejścia, które integruje medycynę chińską, neurobiologię i świadomość. Łączy starożytną mądrość Wschodu z wiedzą Zachodu – by zdrowie było trwałe, a nie chwilowe. Pasjonuje ją Człowiek, fenomen doskonałości jego ciała i psychiki. Edukacja: - kilkanaście lat studiów medycyny chińskiej u różnych nauczycieli: Claude Diolosa, prof. Li Jie, prof. Wang Xinlu, Suzanne Robidoux, Michał Richter, Jeremi Ross,- staż w Chinach,- praktyka w klinice Leczenia bólu w Niemczech jako dieto-, fitoterapeutka i akupunkturzystka- studia podyplomowe Psychologia Społeczna w praktyce na SWPS,- absolwentka Szkoły Trenerów Izabeli Kazimierskiej w Łodzi.

Pozostałe szkolenia: coaching, terapia traumy w ujęciu ACT, kurs Racjonalna Terapia Zachowań, kinezylogia edukacyjna, neurobiologia Joe Dispensa, terapia odkwaszania organizmu dietą wg dr Renate Collier, meditating, masażysta, terapia tańcem. Ostatnia aktualizacja wiedzy miała miejsce w roku 2026.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Wszystkie materiały szkoleniowe będą dostępne na Platformie [szkola.orkiszowepola.pl](https://szkola.orkiszowepola.pl) przez okres 24 miesięcy po zakończonym szkoleniu w zakładce Moje kursy.

Uczestnicy są zobowiązani do założenia swojego konta na platformie najpóźniej dzień przed rozpoczynającym się szkoleniem oraz pobrania aplikacji zoom.

Uczestnicy otrzymują materiały dydaktyczne w formie elektronicznej, obejmujące:

- prezentacje szkoleniowe (PDF),
- nagrania video szkolenia udostępnione uczestnikom na platformie edukacyjnej,
- studia przypadków.

Cena obejmuje: szkolenie, materiały specjalne na platformie [szkola.orkiszowepola.pl](https://szkola.orkiszowepola.pl), ocenę efektów uczenia się a po ukończonym szkoleniu i uzyskaniu pozytywnego wyniku z testu kandydat otrzymuje zaświadczenie.

### Warunki uczestnictwa

#### Warunki uczestnictwa

\* Sposób potwierdzenia frekwencji - logowanie do aplikacji zoom

\*\* Wymagana frekwencja min. 80% obecności.

\*\*\* Kod do usługi zdalnej zostanie udostępniony mailem na 7 dni przed rozpoczęciem szkolenia. W przypadku zapisu na krócej niż 7 dni przed terminem szkolenia, link zostanie wysłany na 1 dzień przed szkoleniem.

# Warunki techniczne

## Wymagania techniczne:

- urządzenie: komputer/laptop/tablet z dostępem do Internetu,
- kamera i mikrofon (zalecane do aktywnego udziału),
- przeglądarka internetowa lub aplikacja Zoom
- minimalna prędkość Internetu: 5 Mbps,
- możliwość odtwarzania plików PDF i materiałów multimedialnych.

## Kontakt



**Weronika Kasperczak**

**E-mail** warsztaty@orkiszowepola.pl

**Telefon** (+48) 539 300 149