



2M PROMOTION
MAREK MRÓZ

★★★★★ 4,8 / 5

3 oceny

Social Media z Eko-Sensem: Praktyczne Szkolenie z Zielonymi Kompetencjami i GOZ

Numer usługi 2025/06/16/185978/2819278

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 18 h

📅 01.10.2025 do 30.11.2025

5 270,00 PLN brutto

5 270,00 PLN netto

292,78 PLN brutto/h

292,78 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Biznes / PR

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób chcących rozwijać kompetencje z zakresu marketingu w mediach społecznościowych z uwzględnieniem zielonych kompetencji i zasad gospodarki obiegu zamkniętego (GOZ).

Uczestnikami mogą być:

- **przedsiębiorcy i właściciele MŚP**, którzy chcą promować swoje usługi i produkty online, budując wizerunek świadomej marki,
- **specjaliści ds. marketingu**, odpowiedzialni za prowadzenie kampanii, tworzenie treści i analizę działań marketingowych,
- **osoby początkujące**, które dopiero zaczynają pracę z mediami społecznościowymi i chcą zdobyć solidne podstawy teoretyczne i praktyczne,
- **graficy, fotografowie, twórcy treści i freelancerzy**, którzy chcą tworzyć atrakcyjne i ekologicznie zoptymalizowane materiały promocyjne,
- **osoby odpowiedzialne za komunikację z klientami**, moderujące społeczności online, odpowiadające za interakcje i relacje w mediach społecznościowych.

Szkolenie rozwija kompetencje w duchu ESG i GOZ, dostarczając praktycznych narzędzi dla nowoczesnego PR.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

20

Data zakończenia rekrutacji

26-09-2025

Forma prowadzenia usługi

zdalna w czasie rzeczywistym

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestnika do samodzielnego projektowania i realizacji działań marketingowych w mediach społecznościowych, zgodnych z zasadami zrównoważonego rozwoju, gospodarki obiegu zamkniętego (GOZ) i cyfrowej odpowiedzialności. Uczestnik nauczy się tworzyć ekologicznie zoptymalizowane treści, planować i prowadzić kampanie promujące cele środowiskowe oraz budować komunikację online w sposób wspierający zieloną transformację.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Definiuje podstawowe pojęcia związane z marketingiem w mediach społecznościowych i gospodarką obiegu zamkniętego (GOZ)	Poprawnie wyjaśnia, czym jest GOZ, cyfrowy ślad węglowy, targetowanie i content marketing	Debata swobodna
Rozróżnia funkcje i charakterystykę głównych platform social media	Wskazuje różnice między platformami (np. Facebook, Instagram, LinkedIn) oraz ich zastosowanie w marketingu	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wymienia narzędzia i techniki ograniczające wpływ działań cyfrowych na środowisko	Podaje przykłady narzędzi i rozwiązań optymalizujących zużycie zasobów (np. formaty plików, automatyzacja, AI)	Obserwacja w warunkach symulowanych
Projektuje i zarządza kampaniami promocyjnymi w mediach społecznościowych	Tworzy plan kampanii z określoną grupą odbiorców, celem i harmonogramem publikacji	Obserwacja w warunkach symulowanych
Dobiera treści i narzędzia do prowadzenia komunikacji online zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju	Przedstawia zestaw treści (tekst, grafika, wideo) zoptymalizowanych pod kątem formatu, długości i zużycia danych	Obserwacja w warunkach symulowanych
Analizuje dane z kampanii i optymalizuje działania marketingowe	Na podstawie raportów zasięgu, zaangażowania i konwersji wprowadza uzasadnione zmiany w kampanii	Debata swobodna

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Tworzy ekologicznie zoptymalizowane treści promocyjne (grafiki, posty, wideo)	Wykonuje przykładowy post zgodny z wartościami ESG, w niskoemisyjnym formacie graficznym lub tekstowym Monitoruje efektywność i wprowadza optymalizacje . Tworzy atrakcyjne treści wizualne i tekstowe. Stosuje strategie marketingowe ograniczające zbędne zużycie zasobów cyfrowych, wykorzystuje formaty mediów zoptymalizowane pod kątem minimalizacji emisji CO2 i obciążenia serwerów oraz wdraża technologie wspierające zrównoważony rozwój w komunikacji online.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Ocenia sytuacje kryzysowe i formułuje komunikaty w duchu odpowiedzialności społecznej	Przedstawia symulowaną odpowiedź na komentarz lub pytanie zawierające zarzut greenwashingu lub negatywne emocje	Wywiad swobodny
Komunikuje się z odbiorcami w sposób wspierający pozytywny wizerunek i wartości środowiskowe	Bierze udział w symulowanej moderacji profilu, redaguje odpowiedzi zgodne z przyjętą strategią komunikacji ESG	Deбата swobodna
Przejawia gotowość do samokształcenia w zakresie marketingu cyfrowego i zielonych kompetencji	Wymienia źródła aktualizacji wiedzy (np. raporty ESG, platformy szkoleniowe) oraz deklaruje dalsze działania rozwojowe	Wywiad swobodny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Harmonogram szkolenia: „Social Media z Eko-Sensem: Praktyczne Szkolenie z Zielonymi Kompetencjami i GOZ”

Dzień 1 – 9 godzin dydaktycznych

Godzina	Temat
9:00 – 10:15	Wprowadzenie do szkolenia. Social media jako narzędzie komunikacji w kontekście GOZ i zrównoważonego rozwoju
10:15 – 11:30	Zielone kompetencje w marketingu internetowym. Praktyki ograniczające ślad cyfrowy i zużycie zasobów
11:30 – 11:45	Przerwa
11:45 – 13:00	Tworzenie strategii social media z elementami ESG. Profilowanie odbiorców, dobór kanałów, planowanie treści
13:00 – 13:45	Przerwa obiadowa
13:45 – 15:00	Budowa i optymalizacja profili firmowych. Narzędzia automatyzacji i efektywne zarządzanie treściami
15:00 – 15:45	Warsztat: ekoprofil i strategia dla własnej marki

Dzień 2 – 9 godzin dydaktycznych

Godzina	Temat
9:00 – 10:15	Tworzenie treści ekologicznie zoptymalizowanych. Wideo, grafika, tekst – narzędzia i praktyki
10:15 – 11:30	Komunikacja z odbiorcą. Budowanie relacji online w duchu ESG. Reakcje na sytuacje kryzysowe i greenwashing
11:30 – 11:45	Przerwa
11:45 – 13:00	Kampanie promocyjne z ograniczonym śladem. Analiza danych i optymalizacja działań
13:00 – 13:45	Przerwa obiadowa
13:45 – 14:30	Case study: analiza kampanii proekologicznych i błędów komunikacyjnych
14:30 – 15:15	Test walidacyjny, sesja Q&A, omówienie efektów uczenia się, zakończenie szkolenia

Podsumowanie:

- Łączna liczba godzin dydaktycznych: 18 (każda godzina = 45 minut)
- Przerwy (kawowe i obiadowe) są wliczone w czas trwania usługi

Opis metodyki i sposobu nabywania zielonych kompetencji przez uczestników:

Szkolenie ma charakter **praktyczny i interaktywny**. Wiedza teoretyczna jest natychmiast przekładana na działania w realnych kontekstach digital marketingu. Uczestnicy nabywają **zielone kompetencje** poprzez:

- **Analizę rzeczywistych kampanii ESG i przykładów greenwashingu**, co rozwija ich zdolność krytycznego myślenia i rozpoznawania autentyczności komunikatów proekologicznych.
- **Tworzenie własnych treści wideo, grafik i postów** z uwzględnieniem ograniczenia zużycia zasobów (np. optymalizacji wagi plików, czasu publikacji, formatu danych).
- **Projektowanie strategii social media zgodnych z GOZ**, ucząc się integrować elementy zrównoważonego rozwoju i komunikacji odpowiedzialnej z celami biznesowymi.
- **Zastosowanie narzędzi automatyzacji i ekooptymalizacji**, które pozwalają lepiej zarządzać contentem i ograniczać emisję niepotrzebnych danych.
- **Test walidacyjny na zakończenie**, który utrwala zdobytą wiedzę i pozwala ocenić postęp uczestników.

Dzięki warsztatowej formule, realnym przykładom i wspólnej analizie przypadków, uczestnicy wychodzą z konkretnymi umiejętnościami i narzędziami do wdrożenia **zielonych kompetencji w swoich działaniach marketingowych** – zarówno w organizacjach, jak i w budowaniu własnych marek.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 270,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 270,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	292,78 PLN
Koszt osobogodziny netto	292,78 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1



Aleksandra Mróz

Specjalistka budowania marek i skutecznych kampanii w świecie online i offline – z doświadczeniem zdobytym w latach 2020–2025. Łączy kompetencje z zakresu marketingu, zarządzania, produkcji wideo i eventów.

Marketing & zarządzanie (2020–2025)

Od 2020 roku zrealizowała dziesiątki kampanii digitalowych jako ekspertka ds. social media, strategii komunikacyjnych i wdrażania marek osobistych oraz komercyjnych.

Specjalizuje się w wprowadzaniu nowych produktów na rynek – szczególnie w branży zoologicznej, zdrowotnej i beauty.

W ostatnich latach była odpowiedzialna za kompleksowe działania marketingowe kliniki medycyny estetycznej, a także współtworzyła kampanie promocyjne dla instytucji publicznych i firm prywatnych jako event managerka.

Media & produkcja (2020–2025)

Współtworzy wideo content: reklamy, teledyski, treści social media i kampanie wizerunkowe. Od 2021 roku regularnie występuje przed kamerą i prowadzi działania edukacyjne dla marek.

Dzięki doświadczeniu aktorskiemu (seriale, teatr) doskonale rozumie dynamikę pracy po obu stronach kamery, co przekłada się na profesjonalną produkcję i reżyserię treści.

Kreatywność & edukacja (2020–2025)

Absolwentka studiów z marketingu i zarządzania oraz podyplomowych studiów z zarządzania projektami. Obecnie rozwija kompetencje z zakresu administracji produkcji filmowej i telewizyjnej.

W 2025 roku ukończyła szkolenie „Gospodarka Obiegu Zamkniętego w MŚP” organizowane przez PARP – wdraża zrównoważone podejście do komunikacji i produkcji.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik szkolenia „**Social Media z Eko-Sensem**” otrzyma:

1. **Prezentację szkoleniową** – w wersji cyfrowej (PDF), udostępnioną przez Dysk Google w ciągu 5 dni po zakończeniu szkolenia.
2. **Notatnik i długopis** – wysyłane **pocztą tradycyjną** na adres wskazany w formularzu zgłoszeniowym (wysyłka realizowana najpóźniej w dniu rozpoczęcia szkolenia).
3. **Certyfikat ukończenia szkolenia** – w wersji elektronicznej oraz, na życzenie, papierowej (dostarczany pocztą).
4. **Kontakt mailowy z trenerem** – możliwość zadania dodatkowych pytań po zakończeniu szkolenia (do 7 dni po jego zakończeniu).

Warunki uczestnictwa

znajomość obsługi komputera i internetu w stopniu dobrym. Dzięki temu uczestnicy będą mogli w pełni korzystać z interaktywnych sesji szkoleniowych i narzędzi online.

Informacje dodatkowe

Podczas szkolenia obowiązkowe jest korzystanie z kamery internetowej przez uczestników.

Podstawą do rozliczenia usługi jest wygenerowanie z systemu raportu, umożliwiającego identyfikację wszystkich uczestników oraz zastosowanego narzędzia.

Warunki techniczne

1. Wymagania sprzętowe po stronie uczestnika:

- urządzenie z dostępem do internetu: **telefon, tablet, laptop lub komputer stacjonarny**,
- stabilne łącze internetowe (zalecane min. 10 Mb/s),
- sprawny mikrofon i głośnik (lub zestaw słuchawkowy),
- zalecana kamera internetowa (wymagana w części interaktywnej szkolenia),
- aktualna wersja przeglądarki internetowej (zalecana: Google Chrome, Mozilla Firefox, Microsoft Edge).

2. Platforma szkoleniowa:

- szkolenie prowadzone będzie za pomocą platformy **Google Meet**,
- dostęp możliwy bez instalacji dodatkowego oprogramowania – wystarczy kliknąć w link otrzymany przed szkoleniem,
- uczestnik może dołączyć do spotkania przez przeglądarkę lub aplikację mobilną (na telefonie lub tablecie),
- Google Meet spełnia międzynarodowe standardy dostępności cyfrowej **WCAG 2.1**.

3. Dostępność szkolenia dla osób ze szczególnymi potrzebami:

- możliwość korzystania z czatu tekstowego dla osób mających trudności z komunikacją głosową,
- wszystkie materiały szkoleniowe udostępniane są w formie cyfrowej (PDF, DOCX),
- tempo pracy i sposób prowadzenia szkolenia dostosowywany do potrzeb uczestników,
- możliwość wcześniejszego zgłoszenia indywidualnych potrzeb technicznych lub organizacyjnych.

4. Pomoc techniczna:

- uczestnicy otrzymają instrukcję logowania i korzystania z Google Meet przed rozpoczęciem szkolenia,
- w razie trudności zapewniamy kontakt z osobą wspierającą technicznie (telefoniczny lub mailowy),
- pomoc techniczna dostępna jest przed i w trakcie szkolenia.

Kontakt



Mróz

E-mail marek@2mpromotion.pl

Telefon (+48) 608 058 056