



Martess MARLENA
GRZYMKIEWICZ

★★★★★ 5,0 / 5

574 oceny

Zrównoważona przyszłość teleinformatyki: Ekologiczne ścieżki rozwoju w IT i komunikacji- szkolenie

Numer usługi 2025/09/01/145810/2976218

📍 Bytom / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 15.11.2025 do 16.11.2025

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

312,50 PLN brutto/h

312,50 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Informatyka i telekomunikacja / Aplikacje biznesowe

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób zainteresowanych rozwijaniem umiejętności związanych z nowoczesnymi technologiami i ich zastosowaniami w zielonej gospodarce. Uczestnicy mogą pochodzić zarówno z branży IT, jak i innych sektorów, które chcą rozwijać zielone kompetencje cyfrowe. Program jest dostosowany zarówno dla osób z podstawową wiedzą technologiczną, jak i tych, które pragną nauczyć się korzystania z nowoczesnych technologii w sposób wspierający zrównoważony rozwój. Szkolenie nie wymaga wcześniejszego potwierdzania kwalifikacji – jego celem jest przygotowanie uczestników do pracy w zielonej gospodarce poprzez zdobycie kluczowych kompetencji z zakresu IT i zrównoważonego rozwoju.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

12

Data zakończenia rekrutacji

14-11-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

16

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

Celem szkolenia jest wyposażenie uczestników w wiedzę i umiejętności niezbędne do samodzielnego wdrażania nowoczesnych, ekologicznych rozwiązań technologicznych w sektorze IT i telekomunikacji. Po ukończeniu szkolenia uczestnicy będą przygotowani do projektowania oraz implementacji strategii wspierających zrównoważony rozwój, w tym systemów zarządzania energią z wykorzystaniem technologii IoT i optymalizacji zużycia energii w przedsiębiorstwach technologicznych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik rozpoznaje i interpretuje podstawowe zagadnienia dotyczące zielonych technologii oraz zrównoważonego rozwoju w branży IT, analizując ich znaczenie i praktyczne zastosowanie w codziennym funkcjonowaniu organizacji technologicznych.	Uczestnik definiuje kluczowe pojęcia związane z zielonymi technologiami (IoT, smart grids) oraz zrównoważonym rozwojem.	Test teoretyczny
	Uczestnik opisuje, w jaki sposób te technologie przyczyniają się do transformacji ekologicznej.	Test teoretyczny
Uczestnik stosuje energoefektywne rozwiązania w zarządzaniu infrastrukturą IT i systemami telekomunikacyjnymi, dążąc do ograniczenia zużycia energii w ramach codziennych procesów operacyjnych.	Uczestnik identyfikuje i opisuje energoefektywne rozwiązania stosowane w infrastrukturze IT i systemach telekomunikacyjnych.	Test teoretyczny
	Uczestnik opisuje zastosowanie praktycznych rozwiązań w celu zminimalizowania zużycia energii w miejscu pracy (np. optymalizacja ustawień urządzeń sieciowych, automatyczne wyłączanie sprzętu po godzinach pracy)	Test teoretyczny
Uczestnik projektuje rozwiązania IoT i technologie inteligentnych sieci (smart grids) wspierające oszczędność energii i zrównoważony rozwój.	Opisuje cechy i zastosowania rozwiązań IoT i smart grids wspierających oszczędność energii.	Test teoretyczny
Uczestnik przestrzega zasad odpowiedzialnego postępowania z elektroodpadami, realizując ich utylizację w zgodzie z aktualnymi normami prawnymi i wymaganiami środowiskowymi.	Uczestnik identyfikuje właściwe metody utylizacji różnych rodzajów sprzętu elektronicznego oraz przedstawia regulacje prawne związane z gospodarką odpadami elektronicznymi.	Test teoretyczny
	Uczestnik wskazuje zasady i procedury postępowania z elektroodpadami zgodnie z przepisami prawa.	Wywiad ustrukturyzowany
Uczestnik opracowuje i zarządza projektami zielonych technologii IT, minimalizując zużycie energii i promując zasady zrównoważonego rozwoju.	Uczestnik rozpoznaje elementy projektu zielonej technologii IT oraz określa ich wpływ na zużycie energii i zrównoważony rozwój.	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik prowadzi merytoryczne dyskusje i współpracuje w zespole w kontekście projektów związanych z zielonymi technologiami, efektywnie komunikując cele zrównoważonego rozwoju.	Uczestnik koordynuje działania zespołu przy wdrażaniu zielonych technologii, dbając o efektywną komunikację interpersonalną.	Wywiad swobodny
	Opisuje zasady efektywnej komunikacji i współpracy w zespole przy realizacji projektów z zakresu zielonych technologii.	Test teoretyczny
Uczestnik wykorzystuje techniki kreatywnego myślenia do tworzenia innowacyjnych rozwiązań w zielonym IT	Stosuje techniki twórczego myślenia do generowania rozwiązań	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

Aby główny cel szkolenia "Eko-innowacje w cyfrowym świecie: telekomunikacja i IT przyszłości" został zrealizowany, należy spełnić następujące warunki:

1. Zalecane jest podstawowe zrozumienie obsługi komputera i korzystania z internetu.
2. Uczestnicy powinni posiadać podstawową znajomość programów biurowych, takich jak edytory tekstu i arkusze kalkulacyjne.
3. Wskazane jest posiadanie konta e-mail oraz umiejętność korzystania z podstawowych funkcji przeglądarek internetowych.
4. Firma szkoleniowa zapewni komputery dla wszystkich uczestników.
5. Zalecane jest posiadanie podstawowych umiejętności technicznych, takich jak obsługa systemów operacyjnych i zarządzanie plikami.
6. Uczestnicy powinni być gotowi poświęcić czas na samodzielną praktykę oraz eksplorowanie narzędzi i technologii omawianych podczas szkolenia.
7. Znajomość języka angielskiego na poziomie umożliwiającym korzystanie z międzynarodowych narzędzi i materiałów może być przydatna, ale nie jest wymagana.

Szkolenie jest zgodne z celami Funduszu Sprawiedliwej Transformacji, skupiając się na rozwijaniu zielonych kompetencji i dostosowaniu umiejętności do zmieniającego się rynku pracy, który ewoluuje w kierunku transformacji ekologicznej regionu (Obszar PRT 2 – Technologie energetyczne, Obszar PRT 3 – Technologie ochrony środowiska, Obszar PRT 4 – Technologie informacyjne i telekomunikacyjne).

Kurs wprowadza uczestników w tematykę nowoczesnych technologii IT, koncentrując się na narzędziach i technikach wspierających zrównoważony rozwój. Głównym celem jest rozwijanie kompetencji cyfrowych, które można zastosować w różnych sektorach, takich jak optymalizacja procesów przemysłowych, efektywne zarządzanie energią, transport ekologiczny, nowoczesne rolnictwo oraz ochrona środowiska. Uczestnicy zdobędą umiejętności, które pozwolą im korzystać z technologii cyfrowych w sposób sprzyjający ochronie zasobów naturalnych i oszczędności energetycznej.

Program szkolenia obejmuje zarówno teoretyczne wprowadzenie, jak i praktyczne ćwiczenia, które kładą nacisk na wdrażanie zielonych technologii IT. Uczestnicy będą uczyć się, jak wykorzystać cyfryzację do osiągania konkretnych celów środowiskowych, takich jak redukcja zużycia energii, minimalizacja odpadów elektronicznych oraz promowanie ekologicznych rozwiązań w codziennej działalności zawodowej i prywatnej. Szkolenie przygotowuje do praktycznego wdrażania technologii, które wspierają transformację ekologiczną i przyczyniają się do rozwoju zielonej gospodarki.

1. Wprowadzenie do zielonych i cyfrowych kompetencji

- **Zrozumienie podstawowych pojęć dotyczących zielonych i cyfrowych kompetencji** – wyjaśnienie ich znaczenia w sposób prosty i zrozumiały.
- **Rola ochrony środowiska w życiu codziennym i pracy zawodowej** – dlaczego nasze codzienne wybory mają znaczenie.
- **Jak nowoczesne technologie wspierają zrównoważony rozwój** – przykłady praktycznego zastosowania rozwiązań cyfrowych na rzecz środowiska.
- **Dyskusja i pytania otwarte** – jakie wyzwania, wątpliwości i oczekiwania uczestnicy wiążą z technologiami i zielonymi zmianami.

2. Odnawialne źródła energii i inteligentne zarządzanie zużyciem w systemach IT i sieciach komunikacyjnych

- **Praktyczne przykłady oszczędzania energii przy pracy z komputerami, serwerami i urządzeniami sieciowymi** – jak ograniczyć zużycie prądu bez utraty wydajności.
- **Część warsztatowa: konkretne wskazówki dotyczące zmniejszania zużycia energii w domu i w miejscu pracy** – m.in. ustawienia energooszczędne w telewizorach, komputerach, routerach i sprzęcie biurowym.
- **Prezentacja rozwiązań opartych na energii odnawialnej** – fotowoltaika w praktyce: jak można wykorzystywać energię słoneczną na co dzień, również w małej skali.

3. Zarządzanie odpadami elektronicznymi

- **Jak bezpiecznie i zgodnie z przepisami utylizować stary sprzęt elektroniczny** (telefony, komputery).
- **Warsztat:** Co zrobić z zużytym sprzętem? Praktyczne wskazówki dotyczące oddawania do recyklingu.
- **Wskazówki:** Jakie są korzyści z odpowiedniego zarządzania odpadami elektronicznymi?

4. Technologie wspierające efektywność i zrównoważony rozwój

- **Wprowadzenie** do pojęcia inteligentnych domów (smart home) oraz zarządzania energią w domach i biurach.
- **Przykłady** zastosowań technologii IoT (Internetu rzeczy) – jak one mogą ułatwić życie codzienne.
- **Ćwiczenia praktyczne:** Jak korzystać z prostych aplikacji monitorujących zużycie energii w domu i biurze?

5. Innowacje cyfrowe wspierające zieloną transformację

- **Zrozumiałe przedstawienie nowych technologii:** co to są inteligentne sieci energetyczne (smart grids) i jak mogą pomóc w oszczędzaniu energii.
- **Dyskusja:** Jakie proste innowacje można wdrożyć we własnym życiu, aby być bardziej eko?
- **Narzędzia** cyfrowe wspierające zrównoważony rozwój.

6. Zarządzanie projektami zielonymi w IT

- **Prosty przegląd narzędzi i metod** do zarządzania projektami w zakresie zielonych technologii.
- **Ćwiczenie:** Jak planować proste, zielone projekty w domu lub pracy (np. ograniczanie zużycia energii, zmniejszenie emisji CO₂ w biurze).

7. Praktyczne warsztaty i studium przypadku

- **Praktyczne ćwiczenia** na prostym przykładzie: analiza własnych urządzeń w domu lub w pracy pod kątem ich efektywności energetycznej.
- **Propozycje rozwiązań** – Jakie kroki można podjąć, aby zmniejszyć zużycie energii? Jakie urządzenia wymienić na bardziej energooszczędne?

8. Strategie ESG i ich wdrażanie w firmach IT

- Jak skutecznie integrować ESG z kulturą organizacyjną?
- Wskaźniki KPI dla zrównoważonego IT
- Warsztat: Tworzenie strategii ESG dla własnej organizacji

9. Kreatywność i innowacyjność w zrównoważonym IT

- Jak kreatywność wpływa na rozwój zrównoważonych innowacji?
- Techniki twórczego rozwiązywania problemów (Design Thinking, SCAMPER)
- Warsztat: Generowanie pomysłów na nowe ekologiczne rozwiązania IT

10. Walidacja

Usługa realizowana w godzinach zegarowych. Przewidziane są przerwy, które wliczają się w czas usługi szkoleniowej.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 13

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 13 Wprowadzenie do zielonych i cyfrowych kompetencji	Marlena Grzymkiewicz	15-11-2025	08:00	09:45	01:45
2 z 13 Odnawialne źródła energii i inteligentne zarządzanie zużyciem w systemach IT i sieciach komunikacyjnych	Marlena Grzymkiewicz	15-11-2025	09:45	11:30	01:45
3 z 13 Zarządzanie odpadami elektronicznymi	Marlena Grzymkiewicz	15-11-2025	11:30	13:00	01:30
4 z 13 Przerwa	Marlena Grzymkiewicz	15-11-2025	13:00	13:15	00:15
5 z 13 Technologie wspierające efektywność i zrównoważony rozwój	Marlena Grzymkiewicz	15-11-2025	13:15	15:00	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 13 Innowacje cyfrowe wspierające zieloną transformację	Marlena Grzymkiewicz	15-11-2025	15:00	16:00	01:00
7 z 13 Przerwa	Marlena Grzymkiewicz	15-11-2025	16:00	16:15	00:15
8 z 13 Zarządzanie projektami zielonymi w IT	Marlena Grzymkiewicz	15-11-2025	16:15	18:00	01:45
9 z 13 Praktyczne warsztaty i studium przypadku	Marlena Grzymkiewicz	15-11-2025	18:00	19:00	01:00
10 z 13 Strategie ESG i ich wdrażanie w firmach IT	Marlena Grzymkiewicz	16-11-2025	09:00	12:00	03:00
11 z 13 Przerwa	Marlena Grzymkiewicz	16-11-2025	12:00	12:15	00:15
12 z 13 Kreatywność i innowacyjność w zrównoważonym IT	Marlena Grzymkiewicz	16-11-2025	12:15	13:30	01:15
13 z 13 Walidacja	-	16-11-2025	13:30	14:00	00:30

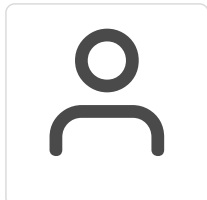
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	312,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Marlena Grzymkiewicz

Mgr Marlena Grzymkiewicz to doświadczony praktyk biznesu, specjalizujący się w zarządzaniu zrównoważonym rozwojem oraz edukacji zawodowej. Dzięki wieloletniemu doświadczeniu w zarządzaniu firmą, skutecznie wdraża innowacyjne rozwiązania technologiczne i ekologiczne. Od 12 lat prowadzi własną firmę – Strefę Urody Martess Hair&Beauty, w której praktyczne podejście do zarządzania połączone jest z zasadami zrównoważonego rozwoju i efektywności energetycznej. Marlena Grzymkiewicz posiada wszechstronne wykształcenie w dziedzinach Finansów i Rachunkowości oraz Zarządzania, co pozwala jej łączyć praktyczne podejście biznesowe z aspektami ekologicznymi.

Dodatkowo, ukończenie studiów magisterskich w 2022 roku z Kosmetologii Estetycznej oraz studiów podyplomowych na kierunku Trener Linergista i Przygotowania Pedagogicznego czyni ją ekspertem w prowadzeniu szkoleń. Obecnie współpracuje z Akademią Górnośląską, dzieląc się swoją wiedzą ze studentami i wspierając ich w zdobywaniu praktycznych umiejętności. Jej artykuły naukowe w zakresie zarządzania i zrównoważonego rozwoju podkreślają jej zaangażowanie w tematykę odpowiedzialności ekologicznej w biznesie.

Mgr Grzymkiewicz posiada także kompetencje w zarządzaniu cyfrowymi technologiami, co czyni ją idealnym kandydatem do prowadzenia szkoleń z zakresu zielonych kompetencji i cyfryzacji. Jej unikalne połączenie wiedzy technologicznej, doświadczenia biznesowego oraz praktyki w zakresie zrównoważonego rozwoju zapewnia wysoką jakość szkoleń.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

skrypty, długopisy, notatnik

Informacje dodatkowe

Usługa realizowana w formie usługi stacjonarnej, zostanie w całości zrealizowana zgodnie z aktualnie obowiązującymi przepisami prawa i zaleceniami Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektoratu Sanitarnego.

Przewidziane są przerwy.

Podstawy prawne zwolnienia z vat : 1. Rozporządzenie Ministra Finansów z dn. 20.12.2013 r. paragraf 3 ust 1 pkt.14. Zwalnia się od podatku usługi kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego , finansowane w co najmniej 70 % ze środków publicznych oraz świadczenie usług i dostawę towarów ściśle z tymi usługami związane.

Adres

ul. Wojciecha Korfantego 21

41-902 Bytom

woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe

Kontakt



Marlena Grzymkiewicz

E-mail marlena@martess.pl

Telefon (+48) 503 674 215