








AWDIR KRYSZTIAN  
BAJOR

★★★★★ 4,9 / 5  
2 709 ocen

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

Numer usługi 2026/05/12/52663/3554585

-  Usługa szkoleniowa
-  zdalna w czasie rzeczywistym
-  Zajęcia grupowe
-  24:00 h
-  10.07.2026 do 12.07.2026

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

<b>Kategoria</b>	Styl życia / Dietetyka
<b>Grupa docelowa usługi</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Osoby planujące rozpocząć pracę w zawodzie dietetyka, zainteresowane nowoczesnym i zrównoważonym podejściem do planowania diet i pracy z klientem.</li> <li>• Osoby szukające swojej ścieżki zawodowej, które chcą zdobyć umiejętności przydatne w branży dietetycznej i zdrowotnej.</li> <li>• Pasjonaci zdrowego odżywiania i osoby zainteresowane tematyką zrównoważonego rozwoju w dietetyce.</li> <li>• Osoby z doświadczeniem w branży dietetycznej, które chcą aktualizować swoje umiejętności w kontekście ekologicznych trendów i zielonych kompetencji.</li> </ul>
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	3
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	15
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	09-07-2026
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	zdalna w czasie rzeczywistym
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	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 mikrośladników.
- 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: Mikrośladniki, 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><b>1 z 22</b></p> <p>Wprowadzenie do szkolenia (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)</p>	Zajęcia	Martyna Zielińska	10-07-2026	08:00	08:30	00:30
<p><b>2 z 22</b></p> <p>Wprowadzenie do dietyki i fizjologii metabolicznej (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)</p>	Zajęcia	Martyna Zielińska	10-07-2026	08:30	10:00	01:30
<p><b>3 z 22</b> -</p>	Przerwa	-	10-07-2026	10:00	10:30	00:30
<p><b>4 z 22</b></p> <p>Manipulacja makroskładnikami i znaczenie regeneracji (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)</p>	Zajęcia	Martyna Zielińska	10-07-2026	10:30	12:00	01:30
<p><b>5 z 22</b></p> <p>Mikroskładniki, antyoksydanty i ich rola w zdrowiu (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)</p>	Zajęcia	Martyna Zielińska	10-07-2026	12:00	13:30	01:30
<p><b>6 z 22</b> -</p>	Przerwa	-	10-07-2026	13:30	14:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>7 z 22</b></p> <p>Tworzenie spersonalizowanych planów żywieniowych (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)</p>	Zajęcia	Martyna Zielińska	10-07-2026	14:00	16:00	02:00
<p><b>8 z 22</b></p> <p>Podsumowanie dnia pierwszego i wprowadzenie do dnia drugiego (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)</p>	Zajęcia	Martyna Zielińska	11-07-2026	08:00	08:30	00:30
<p><b>9 z 22</b></p> <p>Systemy żywieniowe i dieta roślinna (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)</p>	Zajęcia	Martyna Zielińska	11-07-2026	08:30	10:00	01:30
<p><b>10 z 22</b> -</p>	Przerwa	-	11-07-2026	10:00	10:30	00:30
<p><b>11 z 22</b></p> <p>Suplementacja wspierająca organizm (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)</p>	Zajęcia	Martyna Zielińska	11-07-2026	10:30	12:00	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>12 z 22</b> Dodatki do diety i ich znaczenie (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Martyna Zielińska	11-07-2026	12:00	13:30	01:30
<b>13 z 22</b> -	Przerwa	-	11-07-2026	13:30	14:00	00:30
<b>14 z 22</b> Symulacje konsultacji dietetycznych (ćwiczenia, rozmowa na żywo, chat, współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Martyna Zielińska	11-07-2026	14:00	16:00	02:00
<b>15 z 22</b> Podsumowanie poprzednich dni i wprowadzenie do dnia trzeciego (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Martyna Zielińska	12-07-2026	08:00	08:30	00:30
<b>16 z 22</b> Dieta a odporność i zdrowie jelit (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Martyna Zielińska	12-07-2026	08:30	10:00	01:30
<b>17 z 22</b> -	Przerwa	-	12-07-2026	10:00	10:30	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>18 z 22</b> Nowoczesne technologie w dietetyce (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Martyna Zielińska	12-07-2026	10:30	12:00	01:30
<b>19 z 22</b> Praktyczne aspekty dietetyki zrównoważonej (Wykład, ćwiczenia, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Martyna Zielińska	12-07-2026	12:00	13:30	01:30
<b>20 z 22</b> -	Przerwa	-	12-07-2026	13:30	14:00	00:30
<b>21 z 22</b> Konsultacje dietetyczne i podsumowanie (Wykład, rozmowa na żywo, chat i współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Martyna Zielińska	12-07-2026	14:00	15:00	01:00
<b>22 z 22</b> -	Walidacja	-	12-07-2026	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

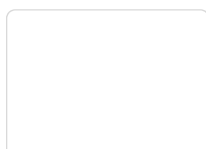
Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 150,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	256,25 PLN
Koszt osobogodziny netto	208,33 PLN
W tym koszt walidacji brutto	984,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	800,00 PLN
W tym koszt certyfikowania 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](mailto:w.podlejski@awdir.pl)

**Telefon** (+48) 533 530 202