



Twoja marka osobista w sieci – kurs praktyczny dla Kobiet

Numer usługi 2025/04/01/28897/2663450

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

500,00 PLN brutto/h

500,00 PLN netto/h

TEB EDUKACJA
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ



📍 Gdańsk / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 10 h

📅 17.07.2025 do 18.07.2025

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Marketing
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych
Grupa docelowa usługi	<ul style="list-style-type: none">• Kobiety, które chcą zwiększyć swoją widoczność w internecie.• Osoby powracające na rynek pracy lub zmieniające profil zawodowy.• Przedsiębiorczynie, edukatorki, ekspertki, które chcą budować rozpoznawalność
Minimalna liczba uczestników	3
Maksymalna liczba uczestników	5
Data zakończenia rekrutacji	16-06-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	10
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie zostało zaprojektowane z myślą o kobietach, które chcą świadomie budować swój wizerunek zawodowy – niezależnie od tego, czy są na początku kariery, szukają pracy, myślą o przekwalifikowaniu się czy rozwijają swój biznes.

Program koncentruje się na praktycznych aspektach tworzenia marki osobistej w sieci, łącząc teorię z ćwiczeniami, które ułatwiają natychmiastowe zastosowanie zdobytej wiedzy.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestniczka potrafi stworzyć i prowadzić profile w mediach społecznościowych	zna zasady konfiguracji kont w social mediach: LinkedIn / Facebook / Instagram	Obserwacja w warunkach symulowanych
Umie zaplanować komunikację swojej marki osobistej, spójną z jej wartościami i odbiorcami	potrafi dokonać analizy własnych zasobów	Obserwacja w warunkach symulowanych
	zna korzyści wynikające z posiadania spójnego wizerunku online	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykorzystuje proste narzędzia graficzne (Canva) i tekstowe (m.in. ChatGPT) do tworzenia treści	potrafi wykorzystać narzędzia AI do pisania i generowania pomysłów na posty, opisy oraz przygotowania atrakcyjnych grafik i materiałów promocyjnych	Wywiad swobodny
Buduje autentyczną obecność online, wzmacniając pewność siebie i rozpoznawalność	zna metody organizacji i planowania treści w sieci	Obserwacja w warunkach symulowanych

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?

NIE

Program

Dzień 1

1. Czym jest marka osobista i po co ją budować?

- Definicja i znaczenie marki osobistej w obecnych realiach
- Korzyści z posiadania spójnego wizerunku online

2. Analiza własnych zasobów – mocne strony, wartości, odbiorcy

- Samoocena i określanie unikalnych cech
- Profil odbiorców: kim są i czego szukają?

3. Tworzenie spójnego profilu (LinkedIn / Facebook / Instagram)

- Dobre praktyki i wskazówki konfiguracji kont w social mediach
- Jak dopasować przekaz do różnych platform?

4. Wprowadzenie do narzędzi graficznych: Canva i darmowe szablony

- Tworzenie spójnej oprawy graficznej
- Jak szybko przygotować atrakcyjne grafiki i materiały promocyjne?

Dzień 2

5. Pisanie treści o sobie – język korzyści, storytelling, posty

- Komunikacja w mediach społecznościowych: od postów po dłuższe formy
- Storytelling jako narzędzie wyróżnienia się w sieci

6. Tworzenie treści z pomocą AI (ChatGPT, Copilot)

- Wykorzystanie sztucznej inteligencji do pisania i generowania pomysłów
- Balans między automatyzacją a autentycznym głosem

7. Harmonogramy publikacji – jak planować, by nie czuć presji?

- Metody organizacji i planowania treści
- Unikanie wypalenia dzięki strategii i automatyzacji

8. Miniwarsztat: przygotowanie pierwszego zestawu materiałów do publikacji

- Praktyczne ćwiczenie tworzenia i układania postów, grafik, opisów
- Konsultacje i omówienie indywidualnych pomysłów

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 2

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 2 Dzień 1 - zgodnie z programem	-	17-07-2025	15:00	20:00	05:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 2 Dzień 2 - zgodnie z programem	-	18-07-2025	15:00	20:00	05:00

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	500,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	500,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 0

Brak wyników.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

materiały wliczone w cenę kursu

Warunki uczestnictwa

Uczestnikiem kursu może zostać każda osoba która jest pełnoletnia.

Kameralna grupa (max 5 osób) pozwala na indywidualne podejście i pracę na konkretnych przykładach uczestniczek.

Szkolenie prowadzone jest w swobodnej, przyjaznej atmosferze, z dużą ilością praktycznych ćwiczeń.

Informacje dodatkowe

Istnieje możliwość uzyskania dofinansowania szkolenia w wysokości do 95% wartości w ramach programu:

Agencja Rozwoju Pomorza S.A. (lider projektu) realizuje projekt „WEKTOR. Metropolitalny System Finansowania Kształcenia.”, który jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach programu Fundusze Europejskie dla Pomorza 2021-2027.

Więcej o projekcie : <https://www.arp.gda.pl/2506,o-projekcie>

Adres

ul. Romana Dmowskiego 16A

80-264 Gdańsk

woj. pomorskie

zajęcia będą się odbywać w siedzibie palcówki w Gdańsku Wrzeszczu przy ul. Dmowskiego 16 A
lub al. Grunwaldzkiej 103

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe

Kontakt



Roksana Bęben

E-mail roksana.beben@teb-edukacja.pl

Telefon (+48) 571 312 548