



Odpowiedzialna cyfryzacja – cyberbezpieczeństwo i zrównoważony rozwój

Numer usługi 2025/04/07/145274/2674470

5 000,00 PLN brutto
5 000,00 PLN netto
312,50 PLN brutto/h
312,50 PLN netto/h

YOURSKILLUP.PL

SPÓŁKA Z

OGRANICZONĄ

ODPOWIEDZIALNOŚĆ

CIĄ



📍 Katowice / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 28.06.2025 do 29.06.2025

Informacje podstawowe

Kategoria	Informatyka i telekomunikacja / Bezpieczeństwo IT
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	- osoby pracujące lub zamierzające podjąć pracę w organizacjach, które posiadają wdrożone zielone rozwiązania i chcą podnieść swoją wiedzę z zakresu zrównoważonego rozwoju z zastosowaniem narzędzi cyfrowych - pracownicy administracyjni wykorzystujący w swojej pracy narzędzia cyfrowe - pracownicy biurowi wykorzystujący w swojej pracy narzędzia cyfrowe - osoby pracujące w różnych branżach wykorzystujące narzędzia cyfrowe w życiu codziennym - osoby poszukujące pracy - osoby, które planują się przekwalifikować
Minimalna liczba uczestników	4
Maksymalna liczba uczestników	15
Data zakończenia rekrutacji	27-06-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	16
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie "Cyberbezpieczeństwo" przygotowuje uczestników do świadomego i bezpiecznego poruszania się w cyfrowym świecie. Uczestnicy nauczą się rozpoznawać i zapobiegać zagrożeniom cyfrowym, stosować zasady higieny cyfrowej, a także bezpiecznie zarządzać infrastrukturą cyfrową, zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju i zielonej transformacji.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Posługuje się wiedzą dotyczącą cyberzagrożeń i ich konsekwencji.	Charakteryzuje podstawowe zagrożenia cybernetyczne (cyberprzemoc, phishing, malware, ransomware).	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Rozpoznaje dezinformację i niebezpieczne treści w sieci	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Stosuje zasady higieny cyfrowej i bezpieczeństwa danych	Tworzy silne hasła oraz stosuje uwierzytelnianie dwuskładnikowe.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Konfiguruje ustawienia prywatności w mediach społecznościowych.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wdraża strategie cyfrowego detoksu i kontroluje czas ekranowy	Obserwacja w warunkach symulowanych
Rozpoznaje i reaguje na cyberzagrożenia.	Analizuje przypadki phishingu i potrafi je skutecznie zidentyfikować	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Zabezpiecza urządzenia przed złośliwym oprogramowaniem.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje narzędzia do ochrony danych, takie jak szyfrowanie i VPN.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wdraża zasady zrównoważonego zarządzania technologią	Identyfikuje sposoby minimalizacji śladu węglowego w IT	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Optymalizuje wykorzystanie energii w pracy zdalnej i zarządzaniu danymi	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Rozpoznaje ekologiczne aspekty cyberbezpieczeństwa, np. redukcję eodpadów	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, Dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się.

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

Tak, Dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane efekty uczenia się i kryteria ich weryfikacji.

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

Tak, Dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniający rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

Program

Szkolenie zgodnej jest z obszarami i grupami technologii wskazanymi w Regionalnej Strategii Innowacji Województwa Śląskiego 2030 oraz Programie Rozwoju Technologii Województwa Śląskiego na lata 2019-2030 oraz wykazem przykładowych zielonych umiejętności opracowanych przez KE w ramach kwalifikacji ESCO.

Uczestnik szkolenia nabędzie zielone i cyfrowe kompetencje m.in. tj.

- obszar technologiczny : technologie informacyjne i komunikacyjne- zarządzanie wiedzą , wspierające narzędzia komunikacji urządzeń
- Dostosowuje umiejętności do rynku pracy dotyczące transformacji ekologicznej.

Uzyskane kompetencje mogą być zastosowane w różnych branżach i dziedzinach m.in tj. ochrona środowiska , energetyka, przemysł, technologie informacyjne..

Szkolenie przygotowuje uczestników do skutecznego wykorzystywania kluczowych kompetencji, które prowadzą do zrównoważonego i odpowiedzialnego rozwoju gospodarki, które sprzyjać będą ochronie środowiska, a także podejmowaniu działań na rzecz zrównoważonego rozwoju.

Szkolenie ma charakter warsztatowy. Jest skierowane do osób dorosłych.

Warunki organizacyjne: Organizator szkolenia zapewnia uczestnikom sprzęt komputerowy : 1 szt/os. wyposażonych w odpowiednie oprogramowanie

Szkolenie trwa 16 godzin zegarowych w tym 1 godzina teoretyczna i 15 godzin praktycznych .

W trakcie trwania szkolenia przewidziano przerwę kawową) oraz przerwę obiadową. Przerwy zostały wliczone do godzin usługi.

Walidacja usługi - przeprowadzona zostanie w sposób zautomatyzowany. Zostaną wykorzystane metody tj.:

1.Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie-W ostatnim dniu szkolenia odbędzie się **test online**. Każdy uczestnik uzyska wyniki w momencie zakończenia testu - wyniki będą generowane automatycznie. Test zostanie przygotowany i opracowany przez Trenera.

2.Observacja w warunkach symulowanych - podczas trwającego szkolenia; Prezentacja wyników.

Program szkolenia obejmuje następujący zakres tematyczny:

1. Wprowadzenie do tematyki

- Cele i zakres warsztatów
- Znaczenie cyberbezpieczeństwa w codziennym życiu i pracy
- Wpływ cyberbezpieczeństwa na zrównoważony rozwój i zieloną transformację (np. oszczędność energii w zarządzaniu danymi, redukcja emisji poprzez pracę zdalną i cyfrową dokumentację)

2. Cyberprzemoc

- Definicja i formy cyberprzemocy (hejt, stalking, trolling)
- Rozpoznawanie oznak cyberprzemocy
- Strony w zjawisku cyberprzemocy
- Konsekwencje prawne i psychologiczne
- Formy cyberprzemocy, w której sprawca dokonuje jej w sposób nieświadomy
- Warsztat: Studium przypadków – analiza realnych scenariuszy cyberprzemocy, dyskusja w grupach, propozycje rozwiązań.
- Praktyczne ćwiczenie: Symulacja zgłaszania incydentu cyberprzemocy na platformach społecznościowych przy użyciu urządzeń mobilnych.

3. Niewłaściwe treści w sieci

- Rodzaje niewłaściwych treści (przemoc, pornografia, dezinformacja)
- Metody filtrowania i ograniczania dostępu do szkodliwych treści
- Odpowiedzialność użytkowników
- Warsztat: Symulacja wyszukiwania informacji i identyfikacja treści niebezpiecznych. Opracowanie strategii ochrony.
- Praktyczne ćwiczenie: Użycie narzędzi do weryfikacji źródeł informacji i wykrywania dezinformacji przy użyciu smartfonów i tabletów.
- Odwołanie do zielonej transformacji: Rola technologii w promowaniu świadomości ekologicznej i przeciwdziałaniu dezinformacji związanej z klimatem.

4. Bezpieczne kontakty i phishing

- Niewłaściwe kontakty w sieci
- Zagrożenia związane z kontaktami online (oszustwa, grooming, manipulacja)
- Rozpoznawanie ryzykownych zachowań i sytuacji
- Ochrona danych osobowych
- Warsztat: Analiza przypadków – symulacja rozmów online, identyfikacja zagrożeń, dyskusja o bezpiecznych praktykach.
- Praktyczne ćwiczenie: Tworzenie profili online z zachowaniem zasad bezpieczeństwa, analiza ustawień prywatności na portalach społecznościowych.

5. Higiena cyfrowa

- Podstawy higieny cyfrowej
- Bezpieczne hasła i uwierzytelnianie dwuskładnikowe
- Aktualizacje oprogramowania i kopie zapasowe
- Zarządzanie prywatnością w mediach społecznościowych
- Uzależnienia od urządzeń cyfrowych i niezdrowe korzystanie ze sprzętu (cyfrowy detoks, higiena czasu ekranowego)
- Odwołanie do zielonej transformacji: Ekologiczne zarządzanie zasobami cyfrowymi, np. zmniejszenie śladu węglowego poprzez ograniczenie zużycia energii i odpadów.

6. Zagrożenia dla infrastruktury cyfrowej

- Podstawowe zagrożenia dla infrastruktury cyfrowej
- Ataki DDoS, ransomware, złośliwe oprogramowanie (wirusy, trojany, spyware, adware, keyloggers, rootkity)
- Bezpieczna konfiguracja sieci (WiFi, routery)
- Zasady bezpieczeństwa w pracy zdalnej
- Odwołanie do zielonej transformacji: Zrównoważone zarządzanie infrastrukturą IT, minimalizacja zużycia energii w centrach danych, wykorzystanie odnawialnych źródeł energii.

Walidacja

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 12

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 12 Wprowadzenie do tematyki	Szymon Lalic	28-06-2025	08:00	08:30	00:30
2 z 12 Cyberprzemoc	Szymon Lalic	28-06-2025	08:30	10:00	01:30
3 z 12 przerwa kawowa	Szymon Lalic	28-06-2025	10:00	10:10	00:10
4 z 12 Niewłaściwe treści w sieci	Szymon Lalic	28-06-2025	10:10	12:10	02:00
5 z 12 przerwa obiadowa	Szymon Lalic	28-06-2025	12:10	12:30	00:20
6 z 12 Bezpieczne kontakty i phishing	Szymon Lalic	28-06-2025	12:30	16:00	03:30
7 z 12 Higiena cyfrowa	Szymon Lalic	29-06-2025	08:00	10:00	02:00
8 z 12 przerwa kawowa	Szymon Lalic	29-06-2025	10:00	10:10	00:10
9 z 12 Higiena cyfrowa (ciąg dalszy)	Szymon Lalic	29-06-2025	10:10	12:10	02:00
10 z 12 przerwa obiadowa	Szymon Lalic	29-06-2025	12:10	12:30	00:20
11 z 12 Zagrożenia dla infrastruktury cyfrowej	Szymon Lalic	29-06-2025	12:30	15:30	03:00
12 z 12 Walidacja - post test- z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych	-	29-06-2025	15:30	16:00	00:30

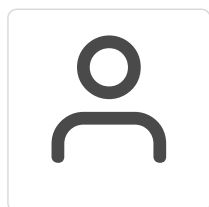
Cennik

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
Koszt osobogodziny netto	312,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Szymon Lalic

Posiada doświadczenie zawodowe - swoją przygodę z zawodem trenera rozpoczął w roku 2018 jako kierownik oddziału ogólnopolskiej firmy szkoleniowej Atut Centrum Kształcenia Kadr. Początkowo zajmował się sprzedażą oraz organizacją szkoleń na obszarze południowej Polski. Poznanie procesu zarządzania projektem szkoleniowym umożliwiło mu wdrożenie swojej dotychczasowej wiedzy z zakresu IT jako trener prowadzący. Jego domeną stały się szkolenia z zakresu pakietu biurowego MS Office, grafiki komputerowej oraz technologii informacyjno-komunikacyjnej. W 2019 roku założył własną działalność gospodarczą zajmującą się outsourcingiem informatycznym oraz prowadzeniem konsultacji i szkoleń z zakresu IT. W tym czasie miał możliwość nawiązania współpracy z licznymi przedsiębiorstwami oraz instytucjami publicznymi na terytorium całego kraju. W pracy trenerskiej oprócz rzetelnej i fachowej wiedzy z zakresu poruszanej tematyki kładzie duży nacisk na techniki dydaktyczne. Posiada ponad 5 letnie doświadczenie. W latach 2018 -2024. przeprowadził m.in. szkolenia tj. Sztuczna inteligencja i Big Data, zastosowanie sztucznej inteligencji w edukacji , Technologie Informacyjno-komunikacyjne obejmujące 5 modułów DIGCOMP; ; projektowanie stron www, tworzenie przekazu medialnego, obsługa aplikacji mobilnych oraz ich programowania ;pakiet OFFICE 365; przygotowywał do egzaminów DIGCOMP, ECDL, ECCC. WW. szkolenia związane są i wspierają zieloną transformację i przedsiębiorców z sektora zielonej gospodarki.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymają skrypty w formie multimedialnej

Informacje dodatkowe

Po szkoleniu Uczestnicy otrzymują zaświadczenie ukończenia szkolenia.

Usługa szkoleniowa jest zwolniona z VAT zgodnie z podstawą prawną:

Dz.U. 2023 poz. 955

Adres

al. Aleja Wojciecha Korfanteo 138A

40-156 Katowice

woj. śląskie

PIĘTRO 7

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Alicja Wal

E-mail alicja.wal@yourskillup.pl

Telefon (+48) 506 668 408