



Polskie
Towarzystwo
Ekonomiczne
Oddział w Gdańsku

Brak ocen dla tego dostawcy

Nowe technologie bez stresu – podstawy AI, social mediów i cyberbezpieczeństwa dla osób 50+

Numer usługi 2025/04/17/5097/2696015

2 100,00 PLN brutto
1 707,32 PLN netto
87,50 PLN brutto/h
71,14 PLN netto/h

- 📍 zdalna w czasie rzeczywistym
- 📄 Usługa szkoleniowa
- 🕒 24 h
- 📅 12.08.2025 do 14.08.2025

Informacje podstawowe

Kategoria	Informatyka i telekomunikacja / Internet
Grupa docelowa usługi	• Osoby powyżej 50. roku życia • Osoby powracające na rynek pracy lub chcące się przekwalifikować • Każdy, kto chce nauczyć się bezpiecznego korzystania z nowych technologii
Minimalna liczba uczestników	10
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	07-08-2025
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	24

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest wprowadzenie osób 50+ w świat nowoczesnych narzędzi cyfrowych oraz rozwój ich kompetencji w zakresie bezpiecznego i świadomego korzystania z technologii. Program obejmuje wprowadzenie do sztucznej inteligencji, korzystanie z mediów społecznościowych i podstaw cyberbezpieczeństwa. Duży nacisk położony jest na rozwój umiejętności praktycznych oraz budowanie pewności siebie w środowisku cyfrowym.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik zna podstawy działania AI i potrafi korzystać z ChatGPT	Wyjaśnia czym jest sztuczna inteligencja i jak może pomagać w codziennym życiu	Test teoretyczny
	Samodzielnie uruchamia i obsługuje ChatGPT	Test teoretyczny
	Formułuje zapytania (prompty) w sposób zrozumiały i osiąga zamierzony efekt	Test teoretyczny
	Rozpoznaje sytuacje, w których pomoc AI może być przydatna	Test teoretyczny
	Zakłada konto i loguje się do wybranego medium społecznościowego	Test teoretyczny
Potrafi poruszać się po mediach społecznościowych i obsługiwać komunikatory	Wysyła wiadomości i tworzy posty	Test teoretyczny
	Korzysta z komunikatorów do komunikacji tekstowej i głosowej	Test teoretyczny
	Umie ustawić podstawowe opcje prywatności i wie, jak unikać fałszywych profili	Test teoretyczny
Zna zasady bezpiecznego korzystania z internetu	Wymienia przykładowe zagrożenia w internecie	Test teoretyczny
	Tworzy silne hasło i wie, jak je bezpiecznie przechowywać	Test teoretyczny
	Potrafi rozpoznać podejrzaną stronę internetową lub wiadomość	Test teoretyczny
	Stosuje podstawowe zasady higieny cyfrowej	Test teoretyczny
Potrafi korzystać z podstawowych usług publicznych online	Loguje się na platformę ePUAP, mObywatel lub stronę gov.pl	Test teoretyczny
	Wyszukuje podstawowe informacje urzędowe	Test teoretyczny
	Wypełnia prosty formularz online	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Ma większą pewność siebie i zna ścieżki dalszego rozwoju kompetencji cyfrowych	Samodzielnie korzysta z poznanych narzędzi i podejmuje inicjatywę	Test teoretyczny
	Otwiera się na dalszy rozwój i korzystanie z nowoczesnych technologii w codziennym życiu	Test teoretyczny

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

Dzień 1 – Wprowadzenie do nowych technologii i podstawy AI:

1. Przegląd nowoczesnych narzędzi i trendów cyfrowych – co warto znać?
2. Czym jest sztuczna inteligencja? – przykłady z życia, zastosowania
3. Narzędzia AI – jak rozmawiać z AI, czego można oczekiwać?
4. Codzienne wsparcie z AI – jak usprawnić pracę, organizację, hobby
5. Miniwarsztat

Dzień 2 – Social media i komunikacja cyfrowa:

1. Media społecznościowe – Facebook, Instagram, LinkedIn: do czego służą?
2. Tworzenie kont, publikowanie postów, ustawienia prywatności
3. Jak budować swój profil i sieć kontaktów – bez stresu i presji
4. Komunikacja online – e-mail, Messenger, komentarze i reakcje
5. Miniwarsztat

Dzień 3 – Cyberbezpieczeństwo i usługi publiczne online:

1. Bezpieczeństwo w sieci – hasła, logowanie, dwuskładnikowa autoryzacja
2. Jak rozpoznać fake newsy, oszustwa i niebezpieczne linki?
3. Cyfrowe usługi publiczne

- 4. Praktyczne wskazówki na co dzień – higiena cyfrowa i dobre nawyki
- 5. Miniwarsztat

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 3

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 3 Dzień 1 - zgodnie z programem	Imię i Nazwisko	12-08-2025	08:00	16:00	08:00
2 z 3 Dzień 2 - zgodnie z programem	Imię i Nazwisko	13-08-2025	08:00	16:00	08:00
3 z 3 Dzień 3 - zgodnie z programem	Imię i nazwisko	14-08-2025	08:00	16:00	08:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 100,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 707,32 PLN
Koszt osobogodziny brutto	87,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	71,14 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Imię i Nazwisko

Certyfikowana trenerka biznesu, doświadczona managerka marketingu i PR, ekspertka wizerunkowa, wykładowca akademicki, a także mentorka z ponad 25-letnim doświadczeniem w zarządzaniu usługami, sprzedaży, marketingu i public relations.

Jako ekspertka w dziedzinie budowania marek oraz zarządzania ich wizerunkiem, współpracuje najczęściej z zarządami firm i instytucji, jak również z zespołami komunikacji, marketingu, PR, sprzedaży i HR.

Specjalizuje się w tworzeniu marketingu marek i firm z sektora MŚP (w tym firm rodzinnych i startupów) oraz w personal branding. Jej wiedza i praktyczne doświadczenie przyczyniły się do rozwoju wielu znaczących projektów – od kształtowania produktów i usług, poprzez strategie marketingowe i komunikacyjne, aż po efektywne wdrożenia działań marketingowych i PR dla znanych marek obecnych dziś na polskim rynku.

Entuzjastka nowych technologii i ich zastosowania w szeroko pojętym obszarze budowania marek, w szczególności zaś rozwiązań opartych na sztucznej inteligencji. Prowadzi szkolenia i warsztaty, podczas których uczy, jak efektywnie wykorzystywać AI w pracy codziennej i osiągać wymierne rezultaty.



2 z 2

Imię i nazwisko

Prezes VISERA PROSTA SPÓŁKA AKCYJNA, ekspert, szkoleniowiec z zakresu cyberbezpieczeństwa i AI.

Fullstack developer, posiadający ponad 20-letnie doświadczenie w tworzeniu aplikacji webowych i mobilnych. Specjalista w dziedzinie cyberbezpieczeństwa aplikacji z wykorzystaniem technologii.

Jego praca w tym obszarze obejmuje rozwój rozwiązań, które wykorzystują integrację sztucznej inteligencji w celu zwiększenia bezpieczeństwa i efektywności aplikacji internetowych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymają materiały szkoleniowe w formie prezentacji w wersji elektronicznej.

Informacje dodatkowe

W przypadku szkoleń objętych dofinansowaniem, usługa jest zwolniona z podatku VAT. W sytuacji braku dofinansowania do ceny szkolenia doliczany jest podatek VAT w wysokości 23%.

Warunki techniczne

Szkolenie realizowane w formie usługi zdalnej w czasie rzeczywistym za pośrednictwem platformy MS Teams - uczestnicy szkolenia otrzymają link do spotkania przed rozpoczęciem zajęć.

Do udziału w szkoleniu niezbędne jest urządzenie z dostępem do Internetu i możliwością stabilnej komunikacji online.

Kontakt



Ewelina Wysiecka

E-mail e.wysiecka@gdansk.ptc.pl

Telefon (+48) 606 443 484