

Możliwość dofinansowania

"Aktywni i Bezpieczni w Sieci - jak chronić się przed cyberprzemocą i zagrożeniami online?"

Numer usługi 2025/09/07/150081/2990215



Marta Niciejewska usługi edukacyjno-szkoleniowe "SeduN"

Brak ocen dla tego dostawcy

5 000,00 PLN

brutto

5 000,00 PLN

netto

312,50 PLN

brutto/h

312,50 PLN

netto/h

Częstochowa / stacjonarna

Usługa szkoleniowa

16 h

23.10.2025 do 25.10.2025

Informacje podstawowe

- Kategoria
Informatyka i telekomunikacja / Internet
- Grupa docelowa usługi

Osobami, które mogą wziąć udział w szkoleniu są osoby w różnym wieku, które pracują lub planują pracę w środowisku zdalnym, biurowym lub hybrydowym i które pragną zwiększyć swoje umiejętności cyfrowe.

W szczególności zapraszamy osoby, które:

- nie nadążają za szybkim rozwojem cyfrowym,
- pracują na stanowiskach, na których wymagane są umiejętności cyfrowe,
- używają Internetu w codziennych obowiązkach zarówno zawodowych jak i prywatnych,
- obawiają się paść ofiarą oszustw internetowych,
- chcą zwiększyć swoje cyfrowe umiejętności i nabyć umiejętności efektywnego identyfikowania potencjalnych zagrożeń,
- pracują w warunkach administracyjno-biurowych,
- chcą nabyć umiejętności tworzenia prostych treści i materiałów graficznych w sieci,
- są nauczycielami, dyrektorami i pracownikami administracji.
- Minimalna liczba uczestników
10
- Maksymalna liczba uczestników
25
- Data zakończenia rekrutacji
17-10-2025
- 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

Uczestnik po zakończeniu usługi szkoleniowej będzie przygotowany do bezpiecznego i samodzielnego korzystania z Internetu oraz aplikacji charakterystycznych dla pracy administracyjno-biurowej. Uczestnik będzie samodzielnie tworzył treści graficzne przy pomocy wybranego programu. Będzie samodzielnie identyfikować zagrożenia online i chronić dane osobowe oraz tworzyć bezpieczne treści, hasła, dokonywać zakupów online, jak również w bezpieczny sposób korzystać z bankowości elektronicznej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się, kryteria weryfikacji i metody walidacji.

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Efekty uczenia się Charakteryzuje poszczególne zagrożenia cyfrowe (np. phishing, fake news, pretexting)	Kryteria weryfikacji Identyfikuje zagrożenia cyfrowe (np. phishing, fake news, pretexting)	Metoda walidacji Test teoretyczny
Efekty uczenia się Zna zasady ochrony danych osobowych	Kryteria weryfikacji Efektywnie rozpoznaje fałszywe informacje i podaje trafne przykłady fake newsów.	Metoda walidacji Test teoretyczny
Efekty uczenia się Zna zasady ochrony danych osobowych	Kryteria weryfikacji Wskazuje jakie dane powinny być szczególnie chronione (dane wrażliwe)	Metoda walidacji Test teoretyczny
Efekty uczenia się Tworzy silne hasła i ocenia ich znaczenie dla bezpieczeństwa w sieci	Kryteria weryfikacji Trafnie określa skutki publikowania w sieci danych osobowych	Metoda walidacji Test teoretyczny
Efekty uczenia się Tworzy silne hasła i ocenia ich znaczenie dla bezpieczeństwa w sieci	Kryteria weryfikacji Trafnie ocenia hasło pod kątem bezpieczeństwa	Metoda walidacji Test teoretyczny
Efekty uczenia się Bezpiecznie obsługuje e-mail, przeglądarki internetowe, aplikacje z komunikatorami	Kryteria weryfikacji Trafnie wyjaśnia dlaczego nie stosuje się tych samych haseł do różnych kont.	Metoda walidacji Test teoretyczny
Efekty uczenia się Kontroluje zasady bezpiecznego korzystania z telefonu i komputera	Kryteria weryfikacji Loguje się do kont z zachowaniem zasad bezpieczeństwa, np. nie korzysta z publicznego WiFi i nie włącza automatycznego zapamiętywania haseł.	Metoda walidacji Test teoretyczny
Efekty uczenia się Kontroluje zasady bezpiecznego korzystania z telefonu i komputera	Kryteria weryfikacji Efektywnie identyfikuje aplikacje stanowiące zagrożenie dla urządzenia	Metoda walidacji Test teoretyczny
Efekty uczenia się Kontroluje zasady bezpiecznego korzystania z telefonu i komputera	Kryteria weryfikacji Zna narzędzia zabezpieczające telefon i komputer (np. system antywirusowy oraz blokadę ekranu)	Metoda walidacji Test teoretyczny
Efekty uczenia się Kontroluje zasady bezpiecznego korzystania z telefonu i komputera	Kryteria weryfikacji Zna i stosuje zasady bezpiecznego logowania się do bankowości elektronicznej (np. podwójne uwierzytelnienie)	Metoda walidacji Test teoretyczny
Efekty uczenia się Dokonyuje charakterystyki i zna zasady bezpiecznego korzystania z bankowości elektronicznej oraz zakupów online	Kryteria weryfikacji Efektywnie rozpoznaje próbę oszustwa lub wyłudzenia	Metoda walidacji Test teoretyczny
Efekty uczenia się Dokonyuje charakterystyki i zna zasady bezpiecznego korzystania z bankowości elektronicznej oraz zakupów online	Kryteria weryfikacji Zna i stosuje sposoby reakcji na próby wyłudzenia i oszustwa	Metoda walidacji Test teoretyczny
Efekty uczenia się Bezpiecznie obsługuje konta w portalach społecznościowych	Kryteria weryfikacji Bezpiecznie ustawia i modyfikuje zakres prywatności na portalach społecznościowych	Metoda walidacji Test teoretyczny
Efekty uczenia się Bezpiecznie obsługuje konta w portalach społecznościowych	Kryteria weryfikacji Wskazuje ryzyko publikowania takich informacji jak lokalizacja, dane osobowe (np. pesel, rok urodzenia) oraz zdjęć, które prezentują dane wrażliwe	Metoda walidacji Test teoretyczny
Efekty uczenia się Bezpiecznie tworzy treści graficzne przy wykorzystaniu prostego programu	Kryteria weryfikacji Tworzy proste treści graficzne dla wybranego dla siebie tematu	Metoda walidacji Test teoretyczny

Kwalifikacje

Inne kwalifikacje

Uznane kwalifikacje

Pytanie 4. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji jest rozpoznawalny i uznawalny w danej branży/sektorze (czy certyfikat otrzymał pozytywne rekomendacje od co najmniej 5 pracodawców danej branży/ sektorów lub związku branżowego, zrzeszającego pracodawców danej branży/sektorów)?
TAK

Informacje

- Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów uprawnione do realizacji procesów walidacji i certyfikowania na mocy innych przepisów prawa
- Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację
XXX

- Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR Tak
- Nazwa Podmiotu certyfikującego XXX
- Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR Tak

Program

Szkolenie zostało opracowane zgodnie z zasadą dostępności osób w różnym wieku, które korzystają z Internetu i aplikacji w sieci, ale obawiają się zagrożeń i czują się niepewnie w cyfrowym świecie. Program obejmuje zarówno wiedzę teoretyczną i praktyczną. Część praktyczna jest realizowana w formie aktywizujących grupę ćwiczeń i pracy w grupie. Całkowity czas trwania usługi wynosi 16 godzin zegarowych (1 dzień - 3:15, 2 dzień - 2:45 i 3 dzień - 10 godzin), z uwzględnieniem przerw kawowych i obiadowych. Szkolenie realizowane jest w formie stacjonarnej, w warunkach sprzyjających skupieniu, bezpieczeństwu i komfortowi uczestników oraz prowadzących.

Warunki organizacyjne realizacji usługi szkoleniowej:

- Część teoretyczna - uczestnicy zapoznają się z podstawowymi pojęciami oraz elementami szeroko pojętego świata cyfrowego, w tym zasad bezpieczeństwa i potencjalnych zagrożeń.
- Część praktyczna - uczestnicy wykonują zadania praktyczne na laptopach/komputerach/urządzeniach mobilnych, rozwiązując wskazane przez trenera zadania problemowe/sytuacyjne (bezpieczna obsługa przeglądarek, skrzynek poczty e-mail, kont w mediach społecznościowych, bankowości elektronicznej oraz sklepów internetowych)
- Walidacja - końcowa część usługi szkoleniowej obejmuje test teoretyczny wiedzy oraz zadanie praktyczne dotyczące modelowania bezpiecznych zachowań w sieci. Pozytywny wynik oznacza ukończenie szkolenia poparte Certyfikatem.

Dzień 1 i 2 - Bezpieczna aktywność w sieci - podstawowe kroki

1. Podstawowe pojęcia i definicje związane z szeroko pojętym światem wirtualnym
2. Charakterystyka elementów tworzących świat cyfrowy
3. Charakterystyka i identyfikacja zagrożeń w sieci - podstawa skutecznej prewencji
4. Bezpieczne media społecznościowe - fakty i mity
5. Aktywnie i bezpiecznie w sieci - tworzenie prostych treści i materiałów graficznych przy wykorzystaniu wybranego programu (część 1)

Dzień 3 - Dane osobowe pod kontrolą oraz bezpieczeństwo w samodzielnej aktywności w sieci

1. Aktywnie i bezpiecznie w sieci - tworzenie prostych treści i materiałów graficznych przy wykorzystaniu wybranego programu (część 2)
2. Jak bezpiecznie korzystać z poczty elektronicznej? - step by step
3. Ochrona wrażliwych danych w sieci - podstawy prawne i praktyczne zastosowania
4. Jak bezpiecznie korzystać z bankowości elektronicznej? - step by step
5. Technologia cyfrowa pod kontrolą - zasady i wytyczne bezpiecznego użytkowania urządzeń tj. komputera, telefonu.
6. Bezpieczne zakupy online - jak rozpoznać sklepy-widma?
7. Powtórzenie wiadomości oraz test i podsumowujące zadania praktyczne
8. Podsumowanie szkolenia i wręczenie Certyfikatów przez Organizatora

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 24

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 24 Przywitanie, przedstawienie się uczestników oraz trenera, przedstawienie agendy	Marek Kopiec	23-10-2025	16:30	17:00	00:30
2 z 24 Podstawowe definicje oraz pojęcia związane z szeroko pojętym światem wirtualnym	Marek Kopiec	23-10-2025	17:00	18:00	01:00
3 z 24 Poznajemy podstawowe elementy świata cyfrowego - ćwiczenia praktyczne	Marek Kopiec	23-10-2025	18:00	18:30	00:30
4 z 24 Przerwa	Marek Kopiec	23-10-2025	18:30	18:45	00:15
5 z 24 Charakterystyka zagrożeń w sieci	Marek Kopiec	23-10-2025	18:45	19:45	01:00
6 z 24 Identyfikacja zagrożeń w sieci - podstawa skutecznej prewencji (ćwiczenia praktyczne)	Marek Kopiec	24-10-2025	16:30	17:30	01:00
7 z 24 Przerwa	Marek Kopiec	24-10-2025	17:30	17:45	00:15
8 z 24 Bezpieczeństwo w mediach społecznościowych - fakty i mity	Marek Kopiec	24-10-2025	17:45	19:00	01:15
9 z 24 Programy wspierające tworzenie treści i materiałów graficznych w sieci - prosto i bezpiecznie (Canva)	Marek Kopiec	24-10-2025	19:00	19:45	00:45
10 z 24 Programy wspierające tworzenie treści i materiałów graficznych w sieci - prosto i bezpiecznie (ćwiczenia praktyczne przy pomocy Canvy)	Marek Kopiec	25-10-2025	08:30	09:30	01:00
11 z 24 Przerwa	Marek Kopiec	25-10-2025	09:30	09:45	00:15
12 z 24 Bezpieczna skrzynka - jak chronić pocztę i prywatność online?	Marek Kopiec	25-10-2025	09:45	10:45	01:00
13 z 24 Jak chronić pocztę elektroniczną i prywatność online - ćwiczenia praktyczne	Marek Kopiec	25-10-2025	10:45	11:30	00:45
14 z 24 Przerwa	Marek Kopiec	25-10-2025	11:30	11:45	00:15
15 z 24 Od RODO do codzienności - praktyczna ochrona danych osobowych w życiu zawodowym i prywatnym	Marek Kopiec	25-10-2025	11:45	12:45	01:00
16 z 24 Ochrona danych osobowych w życiu zawodowym i prywatnym - ćwiczenia praktyczne	Marek Kopiec	25-10-2025	12:45	13:15	00:30
17 z 24 Bankowość bez ryzyka - jak chronić finanse online?	Marek Kopiec	25-10-2025	13:15	14:15	01:00
18 z 24 Przerwa obiadowa	Marek Kopiec	25-10-2025	14:15	14:45	00:30
19 z 24 Jak chronić swoje finanse online - ćwiczenia praktyczne	Marek Kopiec	25-10-2025	14:45	15:15	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
20 z 24 Technologia cyfrowa pod kontrolą - jak chronić urządzenia w pracy i w domu?	Marek Kopiec	25-10-2025	15:15	16:00	00:45
21 z 24 Jak bezpiecznie kupować w sieci? - ćwiczenia praktyczne	Marek Kopiec	25-10-2025	16:00	16:30	00:30
22 z 24 Powtórzenie wiadomości	Marek Kopiec	25-10-2025	16:30	16:45	00:15
23 z 24 Egzamin - test	Marek Kopiec	25-10-2025	16:45	17:45	01:00
24 z 24 Podsumowanie szkolenia i wręczenie certyfikatów przez Organizatora	Marek Kopiec	25-10-2025	17:45	18:00	00:15

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
- W tym koszt walidacji brutto
- 153,75 PLN
- W tym koszt walidacji netto
- 153,75 PLN
- W tym koszt certyfikowania brutto
- 153,15 PLN
- W tym koszt certyfikowania netto
- 153,15 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1

1 z 1

Marek Kopiec

Specjalista, który od ponad piętnastu lat zajmuje się tematyką związaną z cyberbezpieczeństwem. Uczestnik wielu międzynarodowych konferencji naukowych np. „Techniczne Aspekty Przestępczości Teleinformatycznej”, „Przestępczość Teleinformatyczna XXI”, „Safe E-commerce Conference (SEC)”, oraz w wielu konferencjach, prelekcjach o zasięgu krajowym i lokalnym występując często w roli prelegenta. Trener szkoleń organizowanych przez np. NASK, Niebezpiecznik, E-dedektywi, Securitum. Doświadczenie zdobyte m.in. w służbie w Policji (lata 2003-2023), a zwłaszcza w pracy w Wydziale d/w z Przestępczością Gospodarczą Komendy Miejskiej Policji w Częstochowie, gdzie głównie zajmował się przestępczością komputerową, wykorzystuje w pracy szkoleniowca. Przez lata zajmował się również ściganiem wszelkich przestępstw gospodarczych, dotyczących ochrony gatunków zagrożonych z katalogu CITES, przestępstw farmaceutycznych, korupcyjnych i innych. Od roku 2015 pełnił również funkcję Koordynatora ds. Cyberprzestępczości z ramienia Komendy Miejskiej Policji w Częstochowie. Pracownik Uczelni Wyższej, w której prowadzi zajęcia oraz szkolenia z zakresu cyberbezpieczeństwa.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik szkolenia otrzyma materiały szkoleniowe w wersji papierowej (skrypt), w której znajdują się opracowane przez Organizatorów autorskie materiały teoretyczne i praktyczne. Uczestnik otrzyma również certyfikat ukończenia szkolenia.

Informacje dodatkowe

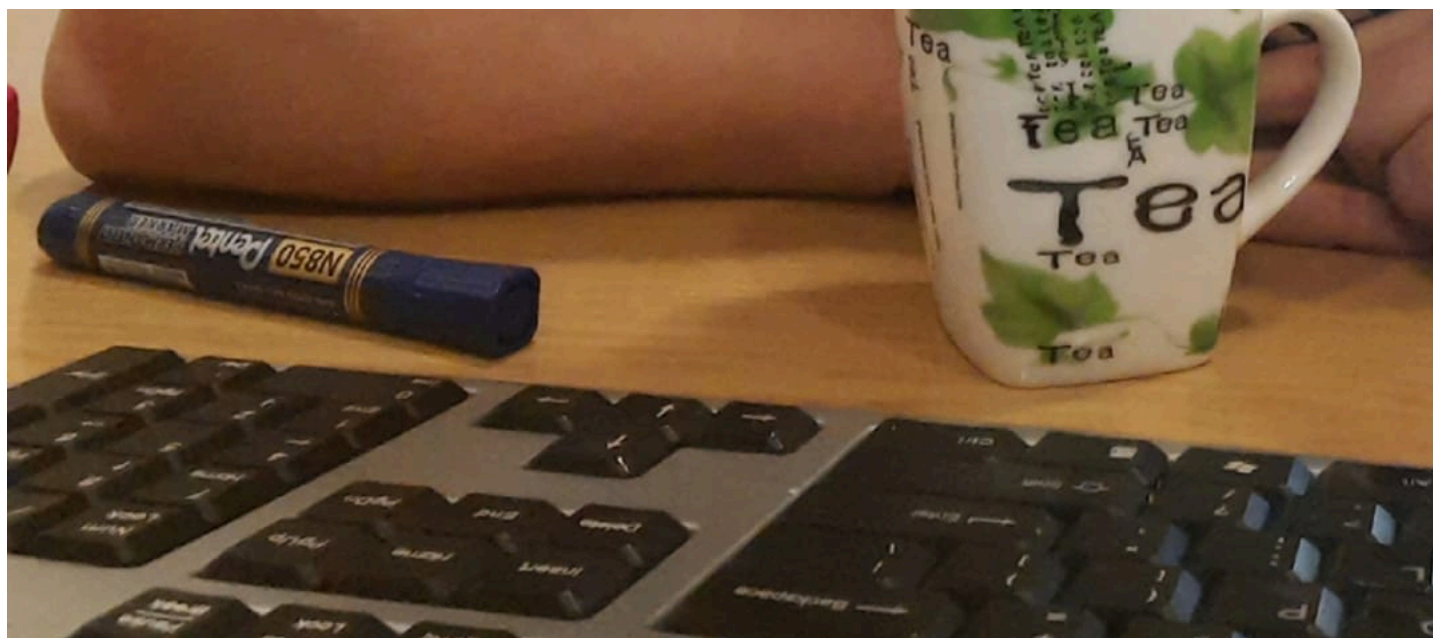
Zastosowano zwolnienie z podatku VAT dla Uczestników, których poziom dofinansowania wynosi co najmniej 70% (na podstawie § 3 ust. 1 pkt. 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (tekst jednolity Dz.U. z 2020 r., poz. 1983).

Adres

Częstochowa
Częstochowa
woj. śląskie

Kontakt





Marta Niciejewska

E-mail
sedun@onet.eu
Telefon
(+48) 691 051 396