



Marta Niciejewska  
usługi edukacyjno-  
szkoleniowe  
"SeduN"

Brak ocen dla tego dostawcy

## "Aktywni i Bezpieczni w Sieci - jak chronić siebie i innych przed zagrożeniami online?"

Numer usługi 2025/10/08/150081/3066219

📍 Częstochowa / stacjonarna

📄 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 13.12.2025 do 14.12.2025

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

312,50 PLN brutto/h

312,50 PLN netto/h

## 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 oraz propagować profilaktykę cyberbezpieczeństwa w swoim otoczeniu.

W szczególności zapraszamy osoby, które:

- nie mają dużego doświadczenia w świecie technologii cyfrowej,
- pracują bądź chcą pracować na stanowiskach, na których wymagane są umiejętności cyfrowe,
- używają Internetu w codziennych obowiązkach,
- obawiają się paść ofiarą oszustw internetowych,
- chcą zwiększyć swoje cyfrowe umiejętności, zwiększyć swoją niezależność cyfrową i nabyć umiejętności efektywnego identyfikowania potencjalnych zagrożeń,
- pracują w warunkach administracyjno-biurowych, wykorzystując w swojej pracy Internet, komputery, aplikacje mobilne i smartfony,
- chcą tworzyć proste treści, materiały graficzne w sieci,
- są nauczycielami, dyrektorami, pracownikami administracyjnymi,
- chcą nabyć tytuł Animatora Cyberbezpieczeństwa

### Minimalna liczba uczestników

5

### Maksymalna liczba uczestników

20

### Data zakończenia rekrutacji

12-12-2025

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

16

# Cel

## Cel edukacyjny

Uczestnik po zakończeniu szkolenia uzyska kwalifikacje i tytuł Animatora Cyberbezpieczeństwa, bezpiecznie będzie korzystał z Internetu, aplikacji wspierających pracę biurową i administracyjną, poczty elektronicznej. Będzie samodzielnie i bezpiecznie tworzył treści graficzne. Będzie samodzielnie identyfikować zagrożenia online, chronić dane osobowe, tworzyć treści, hasła, dokonywać zakupów online, bezpiecznie korzystać z bankowości elektronicznej, efektywnie promować bezpieczeństwo w sieci.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

| Efekty uczenia się                                                                                      | Kryteria weryfikacji                                                                                                                   | Metoda walidacji                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Charakteryzuje poszczególne zagrożenia cyfrowe (np. phishing, fake news, pretexting)                    | Identyfikuje zagrożenia cyfrowe (np. phishing, fake news, pretexting)                                                                  | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                         | Efektywnie rozpoznaje fałszywe informacje i podaje trafne przykłady fake newsów.                                                       | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Charakteryzuje zasady ochrony danych osobowych                                                          | Wskazuje dane, które powinny być szczególnie chronione (dane wrażliwe)                                                                 | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                         | Trafnie określa jakie są konsekwencje publikowania w sieci danych osobowych                                                            | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Tworzy silne hasła i ocenia ich znaczenie dla bezpieczeństwa w sieci.                                   | Trafnie ocenia hasło pod kątem bezpieczeństwa                                                                                          | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                         | Trafnie wyjaśnia dlaczego nie stosuje się tych samych haseł do różnych kont.                                                           | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Rozróżnia zasady bezpiecznego obsługiwanie e-mail, przeglądarki internetowe, aplikacje z komunikatorami | Stosuje zasady bezpiecznego logowania się do kont np. nie korzysta z publicznego WiFi i nie włącza automatycznego zapamiętywania haseł | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                         | Efektywnie identyfikuje aplikacje stanowiące zagrożenie dla urządzenia                                                                 | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                         | Charakteryzuje i rozróżnia narzędzia zabezpieczające telefon i komputer (np. system antywirusowy oraz blokadę ekranu)                  | Test teoretyczny                    |
| Kontroluje zasady bezpiecznego korzystania z telefonu i komputera                                       |                                                                                                                                        | Obserwacja w warunkach symulowanych |

| Efekty uczenia się                                                                                         | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                | Metoda walidacji                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Charakteryzuje i rozróżnia zasady bezpiecznego korzystania z bankowości elektronicznej oraz zakupów online | Rozróżnia i stosuje zasady bezpiecznego logowania się do bankowości elektronicznej (np. podwójne uwierzytelnienie)                                  | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                            | Efektywnie rozpoznaje próbę oszustwa lub wyłudzenia.                                                                                                | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                            |                                                                                                                                                     | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                            | Rozróżnia i stosuje sposoby reakcji na próby wyłudzenia i oszustwa                                                                                  | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Bezpiecznie obsługuje i prowadzi konta w portalach społecznościowych                                       | Bezpiecznie ustawia i modyfikuje zakres prywatności na portalach społecznościowych                                                                  | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                            |                                                                                                                                                     | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Bezpiecznie tworzy treści graficzne przy wykorzystaniu prostego programu                                   | Wskazuje ryzyko publikowania takich informacji jak lokalizacja, dane osobowe (np. pesel, rok urodzenia) oraz zdjęć, które prezentują dane wrażliwe. | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                            | Tworzy proste treści graficzne dla wybranego przez siebie tematu                                                                                    | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Rozróżnia i charakteryzuje metody promowania bezpieczeństwa w sieci                                        | Wskazuje odpowiednie metody promowania bezpieczeństwa cyfrowego                                                                                     | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                            |                                                                                                                                                     | Obserwacja w warunkach symulowanych |

## 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

|                                                               |                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów</b>    | uprawnione do realizacji procesów walidacji i certyfikowania na mocy innych przepisów prawa |
| <b>Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację</b>                  | Centrum Doradczo-Edukacyjne ProEffecto dr Marietta Blachnik-Gęsiarz                         |
| <b>Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR</b> | Tak                                                                                         |
| <b>Nazwa Podmiotu certyfikującego</b>                         | Fundacja My Personality Skills                                                              |
| <b>Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR</b>        | 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, realizowaną w formie wykładu oraz aktywizujących grupę ćwiczeń. Całkowity czas trwania usługi wynosi 16 godzin zegarowych (1 dzień - 8 godzin i 2 dzień - 8 godzin), z uwzględnieniem przerw. Szkolenie realizowane jest w formie stacjonarnej, w warunkach sprzyjających skupieniu, bezpieczeństwu i komfortowi uczestników oraz prowadzących.

Uczestnik szkolenia uzyskuje kompleksowe kwalifikacje w zakresie bezpiecznego, świadomego i efektywnego funkcjonowania w środowisku cyfrowym. Szkolenie kończy się uzyskaniem tytułu oraz certyfikatu Animatora Cyberbezpieczeństwa, potwierdzającego nabyte kwalifikacje.

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 (**test wiedzy - pytania jednokrotnego wyboru zamknięte, pytania sytuacyjne i krótkie analizy przypadków, które pokrywają wszystkie kluczowe efekty uczenia się.**) Kryteria zaliczenia : min. 60% poprawnych odpowiedzi. Test jest oceniany ankietowo przez wskazany podmiot walidujący.
- **Część praktyczna**
  - uczestnicy wykonują zadania praktyczne polegające na wykonaniu zestawu ćwiczeń symulacyjnych 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) - **zadania wykonywane indywidualnie, oceniane według rubryk walidacyjnych załączonych do zadań. Ocena praktyczna odbywa się na podstawie uprzednio przygotowanej karty ocen (rubryki) z jasno zdefiniowanymi kryteriami** (np. poprawność identyfikacji zagrożenia, poprawność zastosowanych procedur bezpieczeństwa, kompletność i poprawność wykonanego projektu graficznego). **Kryterium zaliczenia zadania praktycznego : spełnienie 3 z 4 kryteriów rubryki (lub osiągnięcie min. 60% punktów w rubryce).**
- **Walidacja**
  - końcowa część usługi szkoleniowej, polega na spełnieniu przez uczestnika kryterium zarówno w części teoretycznej, jak i praktycznej. Pozytywne zaliczenie obu części walidacji uprawnia do otrzymania:
- Certyfikatu ukończenia szkolenia i uzyskania kwalifikacji Animatora Cyberbezpieczeństwa wydanego przez Fundację My Personality Skills na podstawie potwierdzenia przeprowadzenia walidacji przez Centrum Doradczo-Edukacyjne ProEffecto dr Marietty Blachnik-Gęsiarz.
- Certyfikat jest uznawany w branży informatycznej, edukacyjnej i administracyjno-biurowej, co potwierdzają rekomendacje pracodawców i organizacji branżowych.

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

Dzień 2 - Dane osobowe pod kontrolą oraz bezpieczeństwo w samodzielnej aktywności w sieci

1. Jak bezpiecznie korzystać z poczty elektronicznej? - step by step
2. Ochrona wrażliwych danych w sieci - podstawy prawne i praktyczne zastosowania
3. Jak bezpiecznie korzystać z bankowości elektronicznej? - step by step
4. Technologia cyfrowa pod kontrolą - zasady i wytyczne bezpiecznego użytkowania urządzeń tj. komputera, telefonu.
5. Bezpieczne zakupy online - jak rozpoznać sklepy-widma?
6. Metody promowania bezpieczeństwa w sieci - interesująco i efektywnie.
7. Powtórzenie wiadomości oraz test i podsumowujące zadania praktyczne
8. Podsumowanie szkolenia i wręczenie Certyfikatów przez Organizatora

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 25

| Przedmiot / temat zajęć                                                                          | Prowadzący   | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>1 z 25</b><br>Przywitanie, przedstawienie się uczestników oraz trenera, omówienie agendy      | Marek Kopiec | 13-12-2025            | 09:00               | 09:30               | 00:30         |
| <b>2 z 25</b><br>Podstawowe definicje oraz pojęcia związane z szeroko pojętym światem wirtualnym | Marek Kopiec | 13-12-2025            | 09:30               | 10:30               | 01:00         |
| <b>3 z 25</b> Poznajemy podstawowe elementy świata cyfrowego - ćwiczenia praktyczne              | Marek Kopiec | 13-12-2025            | 10:30               | 11:00               | 00:30         |
| <b>4 z 25</b> Przerwa                                                                            | Marek Kopiec | 13-12-2025            | 11:00               | 11:15               | 00:15         |
| <b>5 z 25</b><br>Charakterystyka zagrożeń w sieci                                                | Marek Kopiec | 13-12-2025            | 11:15               | 12:15               | 01:00         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                                                             | Prowadzący        | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>6 z 25</div> Identyfikacja zagrożeń w sieci - podstawa skutecznej prewencji (ćwiczenia praktyczne)                                                             | Marek Kopiec      | 13-12-2025            | 12:15               | 13:15               | 01:00         |
| <div>7 z 25</div> Przerwa                                                                                                                                           | Marek Kopiec      | 13-12-2025            | 13:15               | 13:30               | 00:15         |
| <div>8 z 25</div> Bezpieczeństwo w mediach społecznościowych - fakty i mity                                                                                         | Marek Kopiec      | 13-12-2025            | 13:30               | 14:45               | 01:15         |
| <div>9 z 25</div> Programy wspierające aktywność w sieci - tworzenie treści i materiałów graficznych - prosto i bezpiecznie (Canva)                                 | Roksana Słowińska | 13-12-2025            | 14:45               | 15:30               | 00:45         |
| <div>10 z 25</div> Programy wspierające aktywność w sieci prosto i bezpiecznie - tworzenie treści i materiałów graficznych (ćwiczenia praktyczne przy pomocy Canvy) | Roksana Słowińska | 13-12-2025            | 15:30               | 16:15               | 00:45         |
| <div>11 z 25</div> Przerwa                                                                                                                                          | Marek Kopiec      | 13-12-2025            | 16:15               | 16:45               | 00:30         |
| <div>12 z 25</div> Podsumowanie dnia szkolenia - pytania i odpowiedzi                                                                                               | Marek Kopiec      | 13-12-2025            | 16:45               | 17:00               | 00:15         |
| <div>13 z 25</div> Bezpieczna skrzynka - jak chronić pocztę i prywatność online?                                                                                    | Marek Kopiec      | 14-12-2025            | 09:00               | 09:45               | 00:45         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                    | Prowadzący   | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>14 z 25</b> Jak chronić pocztę elektroniczną i prywatność online? - ćwiczenia praktyczne                | Marek Kopiec | 14-12-2025            | 09:45               | 10:45               | 01:00         |
| <b>15 z 25</b> Przerwa                                                                                     | Marek Kopiec | 14-12-2025            | 10:45               | 11:00               | 00:15         |
| <b>16 z 25</b> Od RODO do codzienności - praktyczna ochrona danych osobowych w życiu zawodowym i prywatnym | Marek Kopiec | 14-12-2025            | 11:00               | 12:00               | 01:00         |
| <b>17 z 25</b> Ochrona danych osobowych w życiu prywatnym i zawodowym (ćwiczenia praktyczne)               | Marek Kopiec | 14-12-2025            | 12:00               | 12:30               | 00:30         |
| <b>18 z 25</b> Przerwa                                                                                     | Marek Kopiec | 14-12-2025            | 12:30               | 12:45               | 00:15         |
| <b>19 z 25</b> Bankowość bez ryzyka - jak chronić swoje finanse w świecie online?                          | Marek Kopiec | 14-12-2025            | 12:45               | 13:30               | 00:45         |
| <b>20 z 25</b> Jak bezpiecznie kupować w sieci? (ćwiczenia praktyczne)                                     | Marek Kopiec | 14-12-2025            | 13:30               | 14:00               | 00:30         |
| <b>21 z 25</b> Przerwa                                                                                     | Marek Kopiec | 14-12-2025            | 14:00               | 14:30               | 00:30         |
| <b>22 z 25</b> Technologia cyfrowa pod kontrolą - jak chronić urządzenia w pracy i w domu?                 | Marek Kopiec | 14-12-2025            | 14:30               | 15:00               | 00:30         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                             | Prowadzący   | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>23 z 25</b> Metody promowania bezpieczeństwa w sieci - interesująco i efektywnie | Marek Kopiec | 14-12-2025            | 15:00               | 15:45               | 00:45         |
| <b>24 z 25</b> Egzamin (test)                                                       | -            | 14-12-2025            | 15:45               | 16:45               | 01:00         |
| <b>25 z 25</b> Podsumowanie szkolenia i wręczenie certyfikatów przez Organizatora   | Marek Kopiec | 14-12-2025            | 16:45               | 17:00               | 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              | 500,00 PLN   |
| W tym koszt walidacji netto               | 500,00 PLN   |
| W tym koszt certyfikowania brutto         | 0,00 PLN     |
| W tym koszt certyfikowania netto          | 0,00 PLN     |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

## Marek Kopiec

Marek Kopiec - pedagog, mgr Wydziału Nauk Społecznych Uniwersytetu Jana Długosza w Częstochowie, w swojej działalności naukowej skupia się na problemach społecznych współczesnego świata, szczególnie związanych z nowymi technologiami jak i cyberbezpieczeństwem. Jest współorganizatorem ogólnopolskiej konferencji naukowej „Pedagogiczne i Techniczne Aspekty Cyberbezpieczeństwa”. Brał udział w wielu ogólnopolskich i międzynarodowych konferencjach naukowych np. „Techniczne Aspekty Przestępczości Teleinformatycznej”, „Przestępczość Teleinformatyczna XXI”, „Safe E-commerce Conference (SEC)”. Swoje działania kieruje także na profilaktykę związaną z podnoszeniem świadomości w korzystaniu z nowych technologii.

W latach 2003 – 2023 pełnił służbę w Policji, w tym od roku 2008 w Wydziale d/w z Przestępczością Gospodarczą Komendy Miejskiej Policji w Częstochowie, gdzie głównie zajmował się zwalczaniem przestępczości komputerowej. W latach 2015 - 2023 pełnił funkcję Koordynatora ds. Cyberprzestępczości z ramienia KMP w Częstochowie.

Jest członkiem Laboratorium badań nad bezpieczeństwem w cyberprzestrzeni i dezinformacją – jednostki badawczej powołanej w Katedrze Nauk o Bezpieczeństwie Wydziału Nauk Społecznych Uniwersytetu Jana Długosza w Częstochowie. Doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia szczegółowych danych dotyczących oferowanej usługi.



2 z 2

## Roksana Słowińska

Trenerka umiejętności społecznych, ze szczególnym uwzględnieniem osób ze specjalnymi potrzebami. Posiada kwalifikacje opiekuna osób ze spektrum autyzmu. Pasjonatka wszelkich nowości cyfrowych, zwłaszcza tych, które wspierają tworzenie marki. Posiadając wiedzę i umiejętności pracy w programie Canva, realizuje m.in. zlecenia tworzenia contentu w mediach społecznościowych jednej z firm rekreacyjno-rozrywkowej na śląsku. Autorka warsztatów cyfrowych dla osób ze szczególnymi potrzebami, w których w dostępny i intuicyjny sposób uczy tworzenia grafik, materiałów wizualnych, a nawet krótkich filmów w oparciu o program online Canva. Podczas warsztatów organizowanych dla dorosłych (zwłaszcza nauczycieli) łączy kreatywność z praktyką, ucząc, jak tworzyć treści promocyjne i edukacyjne, które nie tylko świetnie wyglądają, ale również skutecznie docierają do odbiorców. Podczas warsztatów pokazuje jak uzyskać przewagę w sieci i wyróżnić się w gąszczu treści, przy dodatkowym wykorzystaniu ChatGPT – źródła pomysłów, tekstów i inspiracji. Certyfikowana Edukatorska Pozytywnej Dyscypliny w żłobku i przedszkolu. Doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia szczegółowych danych dotyczących oferowanej usługi.

## 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 i uzyskania kwalifikacji Animatora Cyberbezpieczeństwa.

### Informacje dodatkowe

astosowano 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 2024 r., poz. 810).

Uczestnicy szkolenia mają do dyspozycji przestronną i komfortową salę wykładową, warunki sprzyjają efektywnej pracy. Uczestnicy mają zapewniony dostęp do urządzeń mobilnych, laptopów, wybranych aplikacji oraz szybkiego Internetu.

## Adres

ul. Wały gen. Józefa Dwernickiego 117/121  
42-202 Częstochowa  
woj. śląskie

Centrum Konferencyjno-Szkoleniowe w Częstochowie to miejsce spokojne, przyjazne uczestnikom spotkań biznesowych i szkoleniowych. Sale komfortowe, wyposażone we wszystkie elementy sprzyjające efektywnie i przyjaźnie przeprowadzanym szkoleniom. Na miejscu jest duży parking.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## Kontakt



**Marta Niciejewska**

**E-mail** [sedun@onet.eu](mailto:sedun@onet.eu)

**Telefon** (+48) 691 051 396