



Szkolenie: Zielone kompetencje cyfrowe – praktyczne zastosowanie AI w zrównoważonym biznesie

Numer usługi 2025/10/23/189649/3101212

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

Piotr Kościelny
Mentalshark

📍 Wisła / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

★★★★★ 4,7 / 5

🕒 16 h

13 ocen

📅 30.05.2026 do 01.06.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Informatyka i telekomunikacja / Internet

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób dorosłych, które chcą praktycznie wykorzystywać sztuczną inteligencję w pracy zawodowej, rozwijając zielone kompetencje cyfrowe wspierające zrównoważony rozwój. W szczególności do:

- specjalistów i pracowników biurowych, którzy chcą usprawnić powtarzalne zadania (np. raporty, notatki, treści) z pomocą AI, ograniczając marnotrawstwo zasobów,
- kierowników zespołów i projektów, którzy chcą wdrażać rozwiązania AI zwiększające efektywność i wspierające zrównoważone zarządzanie,
- przedsiębiorców i właścicieli firm, którzy chcą korzystać z AI w marketingu, analizie i planowaniu w duchu odpowiedzialnego biznesu,
- freelancerów i osób planujących przekwalifikowanie, które chcą rozwijać nowoczesne i zielone kompetencje cyfrowe odpowiadające na potrzeby rynku pracy przyszłości.

Minimalna liczba uczestników

4

Maksymalna liczba uczestników

20

Data zakończenia rekrutacji

29-05-2026

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

Usługa przygotowuje uczestników do praktycznego i etycznego wykorzystania narzędzi AI w biznesie, obejmującego automatyzację zadań, analizę danych i procesów, tworzenie treści oraz wdrażanie rozwiązań zgodnych z zasadami Green IT, ESG i odpowiedzialnego wykorzystania technologii.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Definiuje podstawowe pojęcia związane ze sztuczną inteligencją, uczeniem maszynowym i generatywnym	wyjaśnia różnice między sztuczną inteligencją (AI), uczeniem maszynowym (ML) a generatywną sztuczną inteligencją (GenAI); charakteryzuje specyfikę dużych modeli językowych (LLM) oraz ich rolę w biznesie; rozróżnia modele tekstowe, graficzne i analityczne.	Test teoretyczny
Opisuje wpływ technologii cyfrowych i sztucznej inteligencji na środowisko, gospodarkę i społeczeństwo.	identyfikuje pozytywne i negatywne skutki środowiskowe wykorzystania AI, wskazuje przykłady wpływu AI na rynek pracy i modele biznesowe, klasyfikuje skutki wykorzystania AI jako środowiskowe, ekonomiczne lub społeczne.	Test teoretyczny
Charakteryzuje zasady Green IT, efektywności energetycznej i ograniczania śladu węglowego w kontekście pracy z narzędziami AI. Wyjaśnia zasady etycznego i odpowiedzialnego stosowania AI zgodnie z wartościami ESG.	definiuje pojęcie śladu węglowego w kontekście technologii cyfrowych wymienia zasady Green IT i przyporządkowuje je do konkretnych praktyk pracy z AI porównuje energochłonność różnych modeli i infrastruktur AI identyfikuje zagrożenia etyczne związane z generowaniem treści i przetwarzaniem danych wskazuje regulacje i standardy odnoszące się do odpowiedzialnego stosowania AI uzasadnia wybór określonego podejścia etycznego na przykładzie scenariusza biznesowego	Test teoretyczny Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Formuluje prompty i treści generowane przez AI w sposób promujący wartości zrównowagowanego rozwoju</p> <p>Projektuje materiały marketingowe AI w zgodzie z zasadami eco-designu i dostępności cyfrowej.</p>	<p>ocenia wygenerowane treści pod kątem zgodności z wartościami ESG</p> <p>opracowuje materiał promujący postawy proekologiczne z wykorzystaniem narzędzia AI</p> <p>stosuje zasady dostępności cyfrowej przy tworzeniu materiałów z AI</p> <p>dobiera kolorystykę, typografię i strukturę materiału zgodnie z eco-designem</p> <p>weryfikuje gotowy materiał pod kątem zgodności z zasadami Green IT i dostępności Wywiad</p>	<p>Analiza dowodów i deklaracji</p> <p>Wywiad swobodny</p>
<p>Ocena rozwiązania AI pod kątem ich wpływu na środowisko i dobiera te o mniejszym śladzie węglowym.</p> <p>Stosuje w pracy z AI zasady etyki, przejrzystości i odpowiedzialności społecznej.</p>	<p>porównuje zużycie zasobów między co najmniej dwoma alternatywnymi narzędziami AI</p> <p>uzasadnia wybór bardziej zrównoważonego narzędzia w oparciu o konkretne kryteria</p> <p>wskazuje narzędzia i zasoby umożliwiające monitorowanie śladu węglowego technologii</p> <p>rozdziela działania zgodne i niezgodne z etycznym wykorzystaniem danych</p> <p>weryfikuje generowane treści pod kątem ryzyka dezinformacji lub naruszenia praw autorskich</p>	<p>Wywiad swobodny</p> <p>Test teoretyczny</p>

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

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	Ernabo Adrian Flak
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Ernabo Adrian Flak

Program

Szkolenie **jest powiązane i wpisuje się** w Regionalną Strategię Innowacji Województwa Śląskiego 2030 w szczególności w zakresie i poprzez rozwój kompetencji cyfrowych, wsparcie Przemysłu 4.0 oraz zielonej transformacji przemysłu i organizacji w duchu zrównoważonego rozwoju

Program szkolenia jest dostosowany do potrzeb uczestników oraz głównego celu usługi, jakim jest przygotowanie kursantów do samodzielnego wykorzystywania narzędzi sztucznej inteligencji w pracy biznesowej, marketingowej i komunikacyjnej. Treści szkoleniowe obejmują wszystkie kluczowe obszary praktycznego zastosowania AI: od zrozumienia podstaw i poznania narzędzi, przez research i analizę danych, tworzenie dokumentów i komunikacji, automatyzację powtarzalnych zadań, przygotowywanie materiałów wizualnych i prezentacji, aż po projektowanie reklam i kampanii marketingowych.

Szkolenie rozwija zielone kompetencje zgodnie z GreenComp i FST poprzez kształtowanie umiejętności ograniczania wpływu technologii na środowisko. Uczestnicy poznają cykl życia technologii cyfrowych, zużycie energii przez AI oraz sposoby optymalizacji procesów pod kątem efektywności energetycznej i redukcji śladu węglowego. Zdobywają kompetencje podejmowania decyzji prośrodowiskowych, projektowania zrównoważonych procesów oraz wykorzystania AI do wspierania działań ESG i transformacji gospodarczej.

Usługa prowadzona jest w godzinach dydaktycznych, przerwy nie są wliczone w czas usługi rozwojowej

Szkolenie nie wymaga wcześniejszego przygotowania technicznego ani specjalistycznej wiedzy z zakresu AI – uczestnik nie musi spełniać dodatkowych wymagań dotyczących poziomu zaawansowania. Wskazane jest jednak posiadanie podstawowych umiejętności obsługi komputera, korzystania z przeglądarki internetowej oraz otwartość na pracę z nowoczesnymi technologiami.

Zajęcia prowadzone są metodami interaktywnymi i aktywizującymi, które umożliwiają uczenie się w oparciu o praktykę i doświadczenie:

- ćwiczenia praktyczne w ramach każdego modułu (m.in. tworzenie raportów, analiz, grafik, reklam i mini-projektów),
- praca indywidualna i w parach z narzędziami AI,
- dyskusje moderowane i analiza case studies,
- realizacja mini-projektów wdrożeniowych, które pozwalają na utrwalenie wiedzy i pokazanie zastosowania AI w rzeczywistych procesach biznesowych.

Powiązania szkolenia z Celami Zrównoważonego Rozwoju (SDG)

SDG 4- Dobra jakość edukacji

SDG 8- Wzrost gospodarczy i godna praca

SDG 9- Innowacyjność, przemysł i infrastruktura

SDG 12- Odpowiedzialna konsumpcja i produkcja

SDG 13- Działania w dziedzinie Klimatu

Teoria: 7h dydaktycznych

Praktyka: 7h dydaktycznych

Walidacja: 2h dydaktyczne

Moduł 1: Wprowadzenie do AI w biznesie i przegląd narzędzi (teoria 2h dydaktyczne)

Cele:

- Nabycie umiejętności rozumienia podstawowych pojęć związanych z AI, machine learning i generative AI.
- Nabycie umiejętności świadomego i etycznego korzystania z narzędzi AI w biznesie.
- Nabycie umiejętności rozpoznawania i doboru narzędzi AI wspierających produktywność.
- Nabycie umiejętności formułowania pierwszych prostych promptów i testowania funkcji AI.
- Rozwijanie umiejętności świadomego i odpowiedzialnego i zasobooszczędnego korzystania z narzędzi AI

Zakres:

- Podstawowe pojęcia AI, machine learning, generative AI, bezpieczeństwa i etyka korzystania z AI.
- Przegląd narzędzi i aplikacji wspierające produktywność.
- Wpływ technologii cyfrowych na środowisko (Green IT, ślad węglowy)

Powiązanie z kompetencjami ESCO: Ocena wpływu technologii na środowisko

Ćwiczenia praktyczne: pierwsze prompty w AI, generowanie treści w narzędziach AI.

Moduł 2: AI w researchu i analizie biznesowej (teoria 1h dydaktyczna, praktyka 2h dydaktyczne)

Cele:

- Nabycie umiejętności szybkiego i efektywnego wyszukiwania danych biznesowych z pomocą AI.
- Nabycie umiejętności tworzenia notatek, podsumowań i analiz z dużych zbiorów informacji.
- Nabycie umiejętności weryfikacji wiarygodności źródeł i zadawania skutecznych pytań w procesie researchu.

Zakres:

- Wyszukiwanie danych rynkowych, raportów, analiz konkurencji z pomocą AI.
- Sztuka zadawania skutecznych pytań i weryfikacji źródeł (sprawdzanie faktów, wiarygodność treści).
- Wyszukiwanie danych rynkowych i analiz ESG z wykorzystaniem AI.
- Bezpieczeństwo i etyka w researchu – jak unikać dezinformacji.

Powiązania z zielonymi kompetencjami: Ocena szans i ryzyk związanych z ESG

Ćwiczenia praktyczne: Wykonanie researchu rynkowego dla zrównoważonego produktu, opracowanie zestawienia „Top 5 konkurentów” wraz z analizą SWOT konkurentów z elementami ESG.

Moduł 3: AI w dokumentach i komunikacji (teoria 1h dydaktyczna, praktyka 2h dydaktyczna)

Cele: Nabycie umiejętności tworzenia treści biznesowych z wykorzystaniem AI.

- Nabycie umiejętności tworzenia raportów, prezentacji i maili przy wsparciu AI.
- Nabycie umiejętności wykorzystywania szablonów promptów i dobrych praktyk w komunikacji biznesowej.
- Nabycie umiejętności pisania treści biznesowych w sposób jasny, zwięzły i profesjonalny.

Zakres:

- Tworzenie raportów, prezentacji i maili przy wsparciu AI.
- Szablony promptów i dobre praktyki – jak pisać skuteczne zapytania do AI.

Ćwiczenia praktyczne: generowanie raportu, napisanie maila do klienta, przygotowanie konspektu prezentacji.

Powiązania z zielonymi kompetencjami: promowanie społecznej odpowiedzialności biznesu

Moduł 4: Automatyzacja codziennych zadań (teoria 1h dydaktyczna, praktyka 1h dydaktyczna)

Cele: Usprawnienie powtarzalnych czynności biurowych dzięki automatyzacji.

- Nabycie umiejętności automatyzowania powtarzalnych czynności biurowych z wykorzystaniem AI.
- Nabycie umiejętności generowania transkrypcji, podsumowań i notatek ze spotkań.
- Nabycie umiejętności tworzenia prostych asystentów AI wspierających produktywność.

Zakres:

- Podsumowania spotkań, notatki, transkrypcje.
- Tworzenie automatycznych szablonów dokumentów.
- Tworzenie asystentów AI wspierających wykonywanie codziennych zadań wspierających produktywność

Ćwiczenia praktyczne: transkrypcja fragmentu spotkania, wygenerowanie notatki, stworzenie automatycznej listy zadań.

Powiązania z zielonymi kompetencjami: stosowanie cyfrowych narzędzi produktywności • projektowanie zrównoważonych procesów cyfrowych

Moduł 5: AI w prezentacjach i grafice (teoria 1h dydaktyczna, praktyka 1h dydaktyczna)

Cele: Wykorzystanie AI do przygotowania atrakcyjnych materiałów wizualnych i prezentacji.

- Nabycie umiejętności generowania grafik, infografik i slajdów biznesowych z wykorzystaniem AI.
- Nabycie umiejętności świadomego stosowania zasad prawnych i etycznych w zakresie treści wizualnych generowanych przez AI.

Zakres:

- Generowanie grafik, infografik, automatyczne projektowanie slajdów.
- Tworzenie materiałów marketingowych i biznesowych wspieranych AI.
- Zasady etyczne i prawne korzystania z grafik generowanych przez AI.

Ćwiczenia praktyczne: przygotowanie prezentacji ESG z infografiką i elementami wizualnymi wygenerowanymi przez AI.

Powiązania z zielonymi kompetencjami: stosowanie zasad zrównoważonego designu • zapewnianie dostępności materiałów cyfrowych • przestrzeganie praw autorskich i zasad etyki wizualnej

Moduł 6: Tworzenie reklam i kampanii marketingowych z użyciem AI (teoria 1h dydaktyczna, praktyka 1h dydaktyczna)

Cele:

- Nabycie umiejętności wykorzystania AI do tworzenia skutecznych i nowoczesnych kampanii marketingowych.
- Nabycie umiejętności projektowania skutecznych reklam przy wsparciu AI.
- Nabycie umiejętności generowania krótkich materiałów video, spotów i grafik promocyjnych.
- Wdrażanie zasad etyki i ESG w komunikacji marketingowej
- Tworzenie treści promujących postawy proekologiczne

Zakres:

- Tworzenie grafik reklamowych, haseł i opisów produktów.
- Projektowanie strategii kampanii marketingowych w różnych kanałach SM promujących ekologię
- Dobre praktyki w tworzeniu skutecznych treści sprzedażowych (CTA, storytelling, formatowanie treści).
- Aspekty prawne i etyczne korzystania z treści generowanych przez AI w reklamie.

Ćwiczenia praktyczne: przygotowanie krótkiego spotu reklamowego z użyciem generatora AI, stworzenie zestawu grafik i haseł reklamowych do wybranego produktu/usługi, opracowanie mini-strategii kampanii marketingowej obejmującej 2-3 kanały komunikacji (np. posty w social media, newsletter, baner), analiza przykładowej kampanii AI pod kątem etyki i skuteczności (case study) promujących wartości SDG zgodnie z wybranym celem.

Powiązania z zielonymi kompetencjami: tworzenie zrównoważonych strategii marketingowych przestrzeganie zasad etyki i ochrony danych w reklamie • komunikowanie wartości zrównoważonego rozwoju • ocena wpływu działań marketingowych na środowisko i społeczeństwo

WALIDACJA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

W ramach szkolenia, w drugim dniu, zostanie przeprowadzona walidacja osiągniętych efektów uczenia się, realizowana przez podmiot zewnętrzny.

Walidacja jest wliczona w czas trwania szkolenia i obejmuje test wiedzy teoretycznej oraz wywiad swobodny sprawdzające znajomość podstawowych pojęć i narzędzi AI.

Harmonogram usługi może ulec nieznacznemu przesunięciu, ponieważ ilość przerw oraz długość ich trwania zostanie dostosowana indywidualnie do potrzeb uczestników szkolenia. Łączna długość przerw podczas szkolenia nie będzie dłuższa aniżeli zawarta w harmonogramie.

Po pozytywnym zakończeniu walidacji uczestnik otrzyma certyfikat w następnym dniu roboczym. Termin realizacji usługi zostaje wydłużony do momentu przekazania certyfikatu uczestnikom

WARUNKI ORGANIZACYJNE REALIZACJI USŁUGI

Każdy uczestnik ma zapewnione indywidualne stanowisko pracy (1 uczestnik = 1 stanowisko) wyposażone w laptop z dostępem do Internetu oraz niezbędnym oprogramowaniem, w tym płatną licencją ChatGPT.

Szkolenie prowadzone jest w sposób interaktywny, z zapewnieniem warunków do aktywnego udziału i realizacji ćwiczeń praktycznych.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 15 Moduł 1: Wprowadzenie do AI w biznesie i przegląd narzędzi	Piotr Kościelny	30-05-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 15 Przerwa	Piotr Kościelny	30-05-2026	10:30	10:45	00:15
3 z 15 Moduł 2: AI w researchu i analizie biznesowej	Piotr Kościelny	30-05-2026	10:45	13:00	02:15
4 z 15 Przerwa	Piotr Kościelny	30-05-2026	13:00	13:30	00:30
5 z 15 Moduł 3: AI w dokumentach i komunikacji	Piotr Kościelny	30-05-2026	13:30	15:00	01:30
6 z 15 Przerwa	Piotr Kościelny	30-05-2026	15:00	15:15	00:15
7 z 15 Moduł 3: AI w dokumentach i komunikacji	Piotr Kościelny	30-05-2026	15:15	16:00	00:45
8 z 15 Moduł 4: Automatyzacja codziennych zadań	Piotr Kościelny	31-05-2026	09:00	10:30	01:30
9 z 15 Przerwa	Piotr Kościelny	31-05-2026	10:30	10:45	00:15
10 z 15 Moduł 5: AI w prezentacjach i grafice	Piotr Kościelny	31-05-2026	10:45	12:15	01:30
11 z 15 Przerwa	Piotr Kościelny	31-05-2026	12:15	12:45	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 15 Moduł 6: Tworzenie reklam i kampanii marketingowych z użyciem AI	Piotr Kościelny	31-05-2026	12:45	14:15	01:30
13 z 15 Przerwa	Piotr Kościelny	31-05-2026	14:15	14:30	00:15
14 z 15 Walidacja - test teoretyczny	-	31-05-2026	14:30	15:15	00:45
15 z 15 Walidacja - wywiad swobodny	-	31-05-2026	15:15	16:00	00:45

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	50,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	50,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	200,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	200,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Piotr Kościelny

Piotr Kościelny – ekspert w obszarze szkoleń z wykorzystania sztucznej inteligencji w biznesie, certyfikowany trener mentalny i twórca metody #Mentalshark. Łączy doświadczenie sprzedażowe i menedżerskie z praktyką wdrażania technologii oraz edukacją dorosłych. Specjalizuje się w projektowaniu szkoleń rozwijających produktywność, automatyzację procesów oraz kompetencje przyszłości przy wsparciu AI.

Posiada doświadczenie w realizacji usług rozwojowych z zakresu zielonych kompetencji, w tym analizy wpływu technologii cyfrowych na środowisko (Green IT), optymalizacji procesów pod kątem efektywności energetycznej i zasobooszczędności oraz wdrażania zasad ESG w działalności organizacji. W pracy wykorzystuje podejście oparte na analizie cyklu życia technologii, ograniczaniu śladu węglowego procesów cyfrowych oraz wspieraniu decyzji prośrodowiskowych.

Prowadził szkolenia i warsztaty, w ramach których uczestnicy projektowali rozwiązania ograniczające zużycie zasobów, usprawniające procesy operacyjne oraz wspierające komunikację działań z zakresu zrównoważonego rozwoju. Wykorzystuje AI m.in. do analizy danych ESG, tworzenia komunikacji proekologicznej oraz projektowania bardziej efektywnych procesów biznesowych.

Regularnie występuje jako prelegent, promując świadome i odpowiedzialne wykorzystanie technologii w kontekście transformacji środowiskowej. W ciągu ostatnich 5 lat prowadził liczne szkolenia w tej tematyce. W 2025 roku ukończył program ME+AI (Campus AI)

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Notatnik, długopis i prezentacja ze szkolenia w formacie PDF.

Warunki uczestnictwa

Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że usługa może być poddana monitoringowi z ramienia Operatora lub PARP i wyrażają na to zgodę. Uczestnik ma obowiązek zapisania się na usługę przez BUR co najmniej na 1 dzień roboczy przed rozpoczęciem realizacji usługi.

Wymagana jest obecność na usłudze minimum 80% lub ze wskazaniem operatora.

Informacje dodatkowe

Podstawa zwolnienia z VAT:

- 1) art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c Ustawy z dnia 11 marca 2024 o podatku od towarów i usług - w przypadku dofinansowania w wysokości 100%*
- 2) § 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 - w przypadku dofinansowania w co najmniej 70%*
- 3) W przypadku braku uzyskania dofinansowania lub uzyskania dofinansowania poniżej 70%, do ceny usługi należy doliczyć 23% VAT*

Adres

ul. Bukowa 19A

43-460 Wisła

woj. śląskie

Lokalizacja usługi:

Hotel Crystal Mountain

Bukowa 19A

43-460 Wisła

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe

Kontakt



PIOTR KOŚCIELNY

E-mail piotr.koscielny@mentalshark.pl

Telefon (+48) 503 369 971