Możliwość dofinansowania

Szkolenie: Cyberbezpieczeństwo

Numer usługi 2026/01/03/22948/3237879

1 107,00 PLN brutto
900,00 PLN netto
110,70 PLN brutto/h
90,00 PLN netto/h

Ernabo Adrian Flak

4,6 / 5

848 ocen

Usługa szkoleniowa
zdalna w czasie rzeczywistym
10:00 h
29.08.2026 do 29.08.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Informatyka i telekomunikacja / Bezpieczeństwo IT
Identyfikatory projektów	Kierunek - Rozwój, Małopolski Pociąg do kariery, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe
Grupa docelowa usługi	Pracownicy firm i instytucji publicznych, którzy korzystają z komputerów, internetu i poczty elektronicznej w pracy. Osoby odpowiedzialne za przetwarzanie danych firmowych lub wrażliwych. Każdy, kto chce zwiększyć świadomość zagrożeń w sieci i nauczyć się podstawowych metod ochrony danych. • Szkolenie przeznaczone jest również dla uczestników projektu **Kierunek Rozwój** realizowany przez WUP w Toruniu. • Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu **Małopolski Pociąg do Kariery sezon 1** • Usługa skierowana również dla uczestników projektu " **Zachodniopomorskie bony szkoleniowe**" • Oraz dla uczestników projektów dofinansowanych **w całej Polsce** • Szkolenie skierowane jest zarówno do **osób indywidualnych, jak i pracodawców i ich pracowników.**
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	10
Data zakończenia rekrutacji	26-08-2026
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	10

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

Szkolenie przygotowuje uczestników do rozpoznawania zagrożeń w sieci i stosowania praktycznych metod ochrony danych oraz systemów w codziennej pracy. Uczestnicy nauczą się bezpiecznego korzystania z komputerów, poczty elektronicznej i urządzeń mobilnych oraz reagowania na potencjalne incydenty cyberbezpieczeństwa.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Rozpoznaje zagrożenia w sieci (phishing, malware, ransomware, socjotechnika)	Nazwać co najmniej 3 rodzaje ataków cybernetycznych.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Analizuje przykładowe e-maile lub strony internetowe i określa, które są potencjalnie niebezpieczne.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Wyjaśnia różnice między phishingiem, malware a ransomware na podstawie realnych przykładów.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
: Stosuje zasady bezpieczeństwa w codziennej pracy z komputerem i urządzeniami mobilnymi	Tworzy silne hasła	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Wdraża zasady bezpiecznego korzystania z poczty elektronicznej i Internetu.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Chroni dane osobowe i firmowe zgodnie z RODO i dobrymi praktykami cyberbezpieczeństwa	Identyfikuje dane osobowe w dokumentach i wiadomościach elektronicznych	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Stosuje podstawowe zasady szyfrowania danych i komunikacji.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Opisuje procedurę odzyskiwania danych w razie awarii.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Reaguje na incydenty cybernetyczne, minimalizując ich skutki	Wskazuje kroki postępowania w przypadku wykrycia phishingu lub ransomware.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Przeprowadza symulację zgłoszenia incydentu do działu IT lub odpowiednich służb.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Ocenia stopień ryzyka i podejmuje odpowiednie działania minimalizujące skutki incydentu.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Program szkolenia jest dostosowany do potrzeb uczestników usługi oraz głównego celu usługi i jej charakteru oraz obejmuje zakres tematyczny usługi. Uczestnik nie musi spełniać dodatkowych wymagań dot. poziomu zaawansowania.

Usługa prowadzona jest w godzinach dydaktycznych. **Przerwy nie są wliczone w ogólny czas usługi rozwojowej.** 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.

Zajęcia zostaną przeprowadzone przez ekspertów z wieloletnim doświadczeniem, którzy przekazuje nie tylko wiedzę teoretyczną, ale także praktyczne wskazówki i najlepsze praktyki. Uczestnicy mają możliwość czerpania z jego wiedzy i doświadczeń.

Szkolenie będzie realizowane **zdalnie w czasie rzeczywistym** za pomocą platformy **ClickMeeting**, co umożliwia aktywny udział uczestników w warsztatach i ćwiczeniach grupowych.

Szkolenie realizowane jest przez platformę umożliwiającą:

- udostępnianie ekranu,
- czat, komunikację audio-wideo,
- współdzielenie materiałów i plików,
- interaktywną prezentację kodu i analiz danych.

Każdy uczestnik pracuje indywidualnie na swoim komputerze z bieżącym wsparciem trenera.

Przed dokonaniem zapisu i złożeniem karty uczestnictwa do Operatora, zachęcamy do **kontaktowania się z nami telefonicznie, SMS-em lub e-mailem** pod adresem/numerem wskazanym w zakładce **„Kontakt"**.

Pozwoli to **potwierdzić dostępność miejsca** w grupie szkoleniowej oraz rozwiać ewentualne wątpliwości.

Program szkolenia:

Moduł 1: Wprowadzenie do cyberbezpieczeństwa (1 godz. dydaktyczna)

- Definicja cyberbezpieczeństwa.
- Podstawowe pojęcia: haker, malware, ransomware, phishing.
- Przykłady realnych incydentów cybernetycznych.
- Znaczenie świadomości użytkownika w ochronie danych.

Metody: prezentacja, dyskusja, quiz wprowadzający.

Moduł 2: Zagrożenia i ataki w sieci (2 godz. dydaktyczne)

- Rodzaje zagrożeń:
  - Wirusy, trojany, ransomware.
  - Phishing i spear phishing.
  - Ataki typu Man-in-the-Middle, DDoS.
  - Socjotechnika.
- Analiza przykładów ataków.
- Jak rozpoznawać podejrzane działania.

Metody: case study, analiza przykładowych wiadomości e-mail i stron internetowych, ćwiczenia praktyczne.

Moduł 3: Bezpieczeństwo urządzeń i systemów (2 godz. dydaktyczne)

- Aktualizacje systemów i oprogramowania.
- Oprogramowanie antywirusowe i firewall.
- Bezpieczne konfiguracje urządzeń.
- Zabezpieczenie urządzeń mobilnych i zdalnej pracy.

Metody: prezentacja, , dyskusja.

Moduł 4: Bezpieczne korzystanie z internetu i e-maila (1,5 godz. dydaktyczna)

- Silne hasła i zarządzanie nimi (menedżery haseł).
- Autoryzacja dwuskładnikowa (2FA).
- Rozpoznawanie podejrzanych linków i załączników.
- Bezpieczne korzystanie z mediów społecznościowych.

Metody: warsztat praktyczny, ćwiczenia w tworzeniu bezpiecznych haseł.

Moduł 5: Ochrona danych osobowych i firmowych (1,5 godz. dydaktyczna)

- Podstawy RODO i prawa w cyberbezpieczeństwie.
- Szyfrowanie danych i komunikacji.
- Backup i odzyskiwanie danych.
- Polityki bezpieczeństwa w firmie.

Metody: prezentacja, dyskusja, krótkie ćwiczenia.

Moduł 6: Reagowanie na incydenty i plan awaryjny (1 godz. dydaktyczna)

- Co zrobić w przypadku ataku (phishing, ransomware, utrata danych).
- Zgłaszanie incydentów.
- Tworzenie planu awaryjnego dla danych i systemów.
- Podstawy cyberhigieny w codziennej pracy.

Metody: scenariusze praktyczne, symulacja incydentu, dyskusja.

Moduł 7: Podsumowanie i test wiedzy (1 godz. dydaktyczna)

Omówienie najważniejszych zasad.

Test wiedzy

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 1

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 1 DZIEŃ 1// 10 godzin dyd + 30 min przerwy/ Szczegółowy haromonogram z podziałem godz. zostanie udostępniony maksymalnie na 7 dni przed rozpoczęciem usługi	Marcin Rał	29-08-2026	08:00	16:00	08:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 107,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	900,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	110,70 PLN
Koszt osobogodziny netto	90,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1

1 z 1

Marcin Rał

Praktyk i szkoleniowiec w zakresie technologii chmurowych oraz programowania. Uczy, jak skutecznie wykorzystać chmurę do optymalizacji procesów oraz efektywnego zarządzania infrastrukturą IT w sposób sprzyjający zrównoważonemu rozwojowi. Jako wykładowca na Uczelni Wyższej prowadzi zajęcia z programowania klienckiego, zarządzania usługami chmurowymi oraz baz danych dla aplikacji internetowych. Posiada ponad kilkunastoletnie doświadczenie w branży IT i zrealizował liczne kursy oraz warsztaty, skierowane zarówno do początkujących, jak i zaawansowanych. Jego szkolenia podkreślają, że technologie chmurowe odgrywają kluczową rolę w transformacji ekologicznej. Dzięki elastyczności i wydajności, jakie oferują chmury, organizacje mają możliwość zmniejszenia zużycia energii i zasobów, co ma pozytywny wpływ na ochronę środowiska.
W 2023 roku zdobył certyfikat " Zielone kompetencje IT".
W ostatnich 24 miesiącach przeprowadził ponad 200 godzin szkoleń związanych z tematyką IT, w tym Cyberbezpieczeństwa.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy z uczestników otrzyma materiały dydaktyczne- prezentację w formie e-mail.

Trener prowadzący szkolenie na bieżąco będzie przesyłał zadania oraz ćwiczenia.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem zdobycia certyfikatu potwierdzającego zdobyte kompetencje jest przystąpienie do Egzaminu . Na egzamin uczestnik nie musi dokonywać osobnego zapisu oraz jest w koszt usługi.

Wymagana jest obecność min 80% lub zgodna ze wskazaniami Operatora. Obecność na usłudze weryfikowana będzie na podstawie raportu logowań wygenerowanego z platformy.

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 w dniu zakończenia rekrutacji.

Organizator zapewnia dostępność osobom ze szczególnymi potrzebami podczas realizacji usług rozwojowych zgodnie z Ustawą z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami (Dz.U. 2022 poz. 2240) oraz „Standardami dostępności dla polityki spójności 2021-2027”. **W przypadku potrzeby zapewnienia specjalnych udogodnień prosimy o kontakt przed zapisem na usługę!**

Informacje dodatkowe

- **Zapis BUR nie jest jednoznaczny z zarezerwowaniem miejsca**. W celu potwierdzenia miejsca prosimy o dodatkowy kontakt telefoniczny/sms lub mailowy na adres/numer wskazany w zakładce " kontakt"
- zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach projektu Kierunek Rozwój
- zawarto umowę z WUP w Krakowie w ramach projektu Małopolski Pociąg do Kariery
- zawarto umowę z WUP w Szczecinie w ramach projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe
- usługi dedykowane również uczestnikom innych programów dofinansowań

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

Warunki techniczne

1. Sprzęt uczestnika:

- **komputer lub laptop** z systemem operacyjnym Windows 10 / 11, macOS lub Linux,
- **procesorem** co najmniej **Intel i5 / Ryzen 5** lub równoważnym,
- **pamięcią RAM: minimum 8 GB** (zalecane 16 GB dla płynnej pracy z dużymi zbiorami danych),
- **wolną przestrzenią dyskową: minimum 10 GB**,
- **stabilne łącze internetowe (min. 10 Mbps)** – w przypadku zajęć zdalnych,
- **aktualna przeglądarką internetową (Chrome, Edge, Firefox)**,

Obowiązkowe:

- - **Kamera:**Uczestnik powinien posiadać działającą kamerę (wbudowaną w laptop/komputer lub zewnętrzną). Kamera umożliwia aktywny udział w sesjach, prezentację ćwiczeń grupowych oraz interakcję z prowadzącym.
  - **Mikrofon:** Niezbędny jest sprawny mikrofon (wbudowany lub zewnętrzny, np. w zestawie słuchawkowym).Umożliwia zadawanie pytań, udział w dyskusjach i ćwiczeniach grupowych.
  - Zalecane użycie słuchawek z mikrofonem, aby zredukować echo i poprawić jakość dźwięku.

2. Oprogramowanie:

Nie jest wymagane wcześniejsze przygotowanie środowiska programistycznego. Wszystkie niezbędne programy, dane i narzędzia zostaną przekazane przez trenera w trakcie trwania szkolenia.

3. Łącze internetowe:

- Minimum 10 Mbps download / 5 Mbps upload
- Stabilne połączenie bez dużych przerw i opóźnień

4. Środowisko pracy:

- Ciche miejsce do pracy i nauki
- Dostęp do powierzchni roboczej umożliwiającej komfortowe używanie komputera
- Możliwość dzielenia ekranu w trakcie sesji praktycznych i konsultacji

5. Środowisko szkoleniowe

Szkolenie realizowane jest przez platformę umożliwiającą:

- udostępnianie ekranu,
- czat, komunikację audio-wideo,
- współdzielenie materiałów i plików,
- interaktywną prezentację kodu i analiz danych.

Kontakt

NIKOL WATOŁA

E-mail kontakt@dofinansowanekursy.pl
Telefon (+48) 530 642 270