



"MARQ PROJECT"
SPÓŁKA Z
OGRA NICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ
★★★★★ 5,0 / 5
12 ocen

Cyfrowa efektywność – wykorzystanie sztucznej inteligencji w kreatywnej pracy – szkolenie

Numer usługi 2026/01/08/182368/3246445

10 000,00 PLN brutto
10 000,00 PLN netto
181,82 PLN brutto/h
181,82 PLN netto/h

📍 Toruń / stacjonarna
📄 Usługa szkoleniowa
🕒 55 h
📅 01.02.2026 do 06.02.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Biznes / Zarządzanie przedsiębiorstwem

Grupa docelowa usługi

Szkolenie adresowane do osób powiązanych z województwem dolnośląskim o różnych specjalizacjach, które chcą zwiększyć swoją konkurencyjność na rynku pracy poprzez rozwój kompetencji twórczych, cyfrowych i komunikacyjnych z wykorzystaniem narzędzi sztucznej inteligencji.

Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Aktywni dolnoślązacy, nr FEDS.07.09-IP.02-0013/24-00.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

10

Data zakończenia rekrutacji

31-01-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

55

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Usługa umożliwi zrozumienie istoty podejmowanego zagadnienia oraz rozwój umiejętności kreatywnego wykorzystywania narzędzi sztucznej inteligencji w procesach twórczych i projektowych. Uczestnicy poznają praktyczne zastosowania AI w generowaniu pomysłów, tworzeniu treści tekstowych, graficznych i multimedialnych oraz planowaniu i prezentowaniu projektów innowacyjnych. Jednocześnie skutecznie przygotowuje do pełnienia różnych ról w kreatywnej pracy zespołowej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Rozumie podstawy „cyfrowej efektywności” i rolę AI w kreatywnej pracy.	Wyjaśnia pojęcie kreatywności wspieranej AI i wskazuje obszary, w których AI zwiększa produktywność (research, pisanie, grafika, wideo, notowanie).	Test teoretyczny
Potrafi generować i rozwijać pomysły z wykorzystaniem AI.	Prezentuje 2–3 warianty koncepcji oraz uzasadnia wybór na podstawie kryteriów (odbiorca, cel, ograniczenia).	Test teoretyczny
Stosuje techniki prompt engineeringu.	Konstruuje skuteczne prompty (kontekst, rola, ograniczenia, format wyjścia) oraz iteruje wyniki.	Test teoretyczny
Planuje pracę z AI dla zwiększenia produktywności.	Konfiguruje prostą automatyzację/ „zestaw narzędzi” (np. notatki, skróty, checklisty, szablony).	Test teoretyczny
Uwzględnia aspekty etyczne i prawne.	Rozpoznaje ryzyka (plagiat, halucynacje, prywatność, prawa autorskie), proponuje bezpieczne praktyki.	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?

Program

W trakcie usługi szkoleniowej zostaną podjęte następujące zagadnienia umożliwiające zdobycie przewidzianych w usłudze zasobów wiedzy, umiejętności i społecznych kompetencji:

Dzień 1 – Człowiek × AI: fundamenty cyfrowej efektywności

- Wprowadzenie do koncepcji cyfrowej efektywności w pracy kreatywnej,
- Ekosystem narzędzi generatywnych (tekst, grafika, wideo, audio) i ich ograniczenia,
- Podstawy prompt engineeringu: role, kontekst, formaty wyjścia, iteracje,
- Etyka, prawo i oryginalność: prawa autorskie, prywatność, *fair use*, źródła,
- **Warsztat:** od pomysłu do pierwszego szkicu (tekst + prosta wizualizacja).

Dzień 2 – Ideacja i koncepty: od wglądu do narracji

- Techniki ideacji wspierane przez AI,
- Burza mózgów z asystentami AI (ChatGPT) – strategie iteracyjne,
- Storytelling i architektura informacji: budowa przekazu i person odbiorców,
- **Warsztat:** tworzenie scenariusza projektu (część I),
- **Warsztat:** tworzenie scenariusza projektu (część II).

Dzień 3 – Treści i wizualizacja: produkcja wieloformatowa

- Pisanie tekstów kreatywnych i użytkowych (artykuł, post, skrypt wideo),
- Projektowanie graficzne z AI: styl, kompozycja, *prompt-to-image*,
- Multimedialnie: wideo/dźwięk/animacja (np. Runway/Synthesisia) – dobre praktyki jakości,
- **Warsztat:** kompletna koncepcja multimedialna (część I i II).

Dzień 4 – Od idei do projektu: plan, prototyp, jakość

- AI w planowaniu i prototypowaniu (szablony, checklisty, moodboardy, proste automatyzacje),
- Ocena potencjału (mini-research z AI, SWOT, analiza odbiorców i ryzyk),
- Kryteria jakości i *red teaming* treści generatywnych (weryfikacja, *fact-checking*),
- **Warsztat:** przygotowanie prezentacji i materiałów projektowych (część I),
- **Warsztat:** przygotowanie prezentacji i materiałów projektowych (część II).

Dzień 5 – Realizacja i prezentacja: workflow produktywności

- Praca nad projektem „AI & Creativity/AI & Productivity” (finalizacja)
- Konsultacje indywidualne: doszlifowanie promptów, integracja narzędzi, uspójnienie stylu.
- Prezentacje projektu
- Feedback dotyczący projektu i Q&A
- Warsztat wdrożeniowy: plan implementacji AI w pracy uczestnika

Dzień 6 – Podsumowanie

- Dobre praktyki wdrożeniowe + kontrola jakości: checklisty, governance, etyka, bezpieczeństwo treści
- Podsumowanie i rekomendacje: dalsze doskonalenie, dobre praktyki wdrożeniowe
- Test walidacyjny

Usługa jest realizowana w godzinach dydaktycznych.

Przerwy nie wliczają się w czas trwania usługi.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 50

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 50 Powitanie, omówienie programu szkolenia oraz wprowadzenie do koncepcji cyfrowej efektywności w pracy kreatywnej	Angelika Pańska	01-02-2026	08:00	09:30	01:30
2 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	01-02-2026	09:30	09:40	00:10
3 z 50 Ekosystem narzędzi generatywnych (tekst, grafika, wideo, audio) i ich ograniczenia	Angelika Pańska	01-02-2026	09:40	11:10	01:30
4 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	01-02-2026	11:10	11:20	00:10
5 z 50 Podstawy prompt engineeringu: role, kontekst, formaty wyjścia, iteracje	Angelika Pańska	01-02-2026	11:20	12:50	01:30
6 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	01-02-2026	12:50	13:00	00:10
7 z 50 Etyka, prawo i oryginalność: prawa autorskie, prywatność, fair use, źródła	Angelika Pańska	01-02-2026	13:00	14:30	01:30
8 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	01-02-2026	14:30	14:40	00:10

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
9 z 50 Warsztat: od pomysłu do pierwszego szkicu (tekst + prosta wizualizacja)	Angelika Pańska	01-02-2026	14:40	16:10	01:30
10 z 50 Techniki ideacji wspierane przez AI	Angelika Pańska	02-02-2026	08:00	09:30	01:30
11 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	02-02-2026	09:30	09:40	00:10
12 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	02-02-2026	09:30	09:40	00:10
13 z 50 Burza mózgów z ChatGPT i Claude	Angelika Pańska	02-02-2026	09:40	11:10	01:30
14 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	02-02-2026	11:10	11:20	00:10
15 z 50 Burza mózgów z asystentami AI (ChatGPT) – strategie iteracyjne	Angelika Pańska	02-02-2026	11:20	12:50	01:30
16 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	02-02-2026	12:50	13:00	00:10
17 z 50 Storytelling i architektura informacji: budowa przekazu i person odbiorców	Angelika Pańska	02-02-2026	13:00	14:30	01:30
18 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	02-02-2026	14:30	14:40	00:10
19 z 50 Warsztat: tworzenie scenariusza projektu	Angelika Pańska	02-02-2026	14:40	16:10	01:30
20 z 50 Pisanie tekstów kreatywnych i użytkowych (artykuł, post, skrypt wideo)	Angelika Pańska	03-02-2026	08:00	09:30	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
21 z 50 Projektowanie graficzne z AI: styl, kompozycja, prompt-to-image	Angelika Pańska	03-02-2026	09:40	11:10	01:30
22 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	03-02-2026	11:10	11:20	00:10
23 z 50 Multimedialnie: wideo/dźwięk/animacja (np. Runway/Synthesia) – dobre praktyki jakości	Angelika Pańska	03-02-2026	11:20	12:50	01:30
24 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	03-02-2026	12:50	13:00	00:10
25 z 50 Warsztat: kompletna koncepcja multimedialna (część I)	Angelika Pańska	03-02-2026	13:00	14:30	01:30
26 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	03-02-2026	14:30	14:40	00:10
27 z 50 Warsztat: kompletna koncepcja multimedialna (część II)	Angelika Pańska	03-02-2026	14:40	16:10	01:30
28 z 50 AI w planowaniu i prototypowaniu (szablony, checklisty, moodboardy, proste automatyzacje)	Angelika Pańska	04-02-2026	08:00	09:30	01:30
29 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	04-02-2026	09:30	09:40	00:10
30 z 50 Ocena potencjału (mini-research z AI, SWOT, analiza odbiorców i ryzyk)	Angelika Pańska	04-02-2026	09:40	11:10	01:30
31 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	04-02-2026	11:10	11:20	00:10

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
32 z 50 Kryteria jakości i red teaming treści generatywnych (weryfikacja, fact-checking)	Angelika Pańska	04-02-2026	11:20	12:50	01:30
33 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	04-02-2026	12:50	13:00	00:10
34 z 50 Warsztat: przygotowanie prezentacji i materiałów projektowych (część I)	Angelika Pańska	04-02-2026	13:00	14:30	01:30
35 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	04-02-2026	14:30	14:40	00:10
36 z 50 Warsztat: przygotowanie prezentacji i materiałów projektowych (część II)	Angelika Pańska	04-02-2026	14:40	16:10	01:30
37 z 50 Praca nad projektem „AI & Creativity/AI & Productivity” (finalizacja)	Angelika Pańska	05-02-2026	08:00	09:30	01:30
38 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	05-02-2026	09:30	09:40	00:10
39 z 50 Konsultacje: doszlifowanie promptów, integracja narzędzi, uspołnienie stylu	Angelika Pańska	05-02-2026	09:40	11:10	01:30
40 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	05-02-2026	11:10	11:20	00:10
41 z 50 Prezentacje projektu	Angelika Pańska	05-02-2026	11:20	12:50	01:30
42 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	05-02-2026	12:50	13:00	00:10
43 z 50 Feedback dotyczący projektu i Q&A	Angelika Pańska	05-02-2026	13:00	14:30	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
44 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	05-02-2026	14:30	14:40	00:10
45 z 50 Warsztat wdrożeniowy: plan implementacji AI w pracy uczestnika	Angelika Pańska	05-02-2026	14:40	16:10	01:30
46 z 50 Dobre praktyki wdrożeniowe + kontrola jakości: checklisty, governance, etyka, bezpieczeństwo treści	Angelika Pańska	06-02-2026	08:00	09:30	01:30
47 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	06-02-2026	09:30	09:40	00:10
48 z 50 Podsumowanie i rekomendacje: dalsze doskonalenie, dobre praktyki wdrożeniowe	Angelika Pańska	06-02-2026	09:40	11:10	01:30
49 z 50 Przerwa	Angelika Pańska	06-02-2026	11:10	11:20	00:10
50 z 50 Walidacja - test teoretyczny	-	06-02-2026	11:20	12:05	00:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	10 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	10 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	181,82 PLN
Koszt osobogodziny netto	181,82 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Angelika Pańska

Doktor zarządzania. Posiada wiedzę i doświadczenie zgodne z zakresem tematycznym usługi. Autorka publikacji naukowych w obszarze zarządzania. Specjalizuje się w zarządzaniu strategicznym, procesowym i projektowym. Konsultant ds. opisu procesów w firmie konsultingowej Akademia Administracji Sp. z o.o. Wykonawca analiz ekonomiczno-rynkowych na rzecz projektów komercjalizacji wiedzy oraz czynności wspierających doradztwo w zakresie transferu technologii realizowanych przez Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu na rzecz funkcjonujących przy nim spółek typu spin-off. Współwykonawca usług doradczych w zakresie działalności innowacyjnej realizowanych przez CTT UMK Sp. z o.o. w Toruniu. Współwykonawca usług szkoleniowych i konsultingowych z zakresu zarządzania. Kierownik ds. procesu dydaktyczno-naukowego w realizowanym przez Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu projekcie NCBiR, pt. Kompetencje doskonalenia procesowego z wykorzystaniem narzędzi ICT. Członek zespołów projektowych w ramach realizowanych na UMK w Toruniu naukowo-dydaktycznych projektów NCBiR. Posiada też doświadczenie w prowadzeniu zajęć akademickich z zakresu zarządzania projektami.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Prezentacja trenera i materiały niezbędne do realizowania w trakcie szkolenia kolejnych prac warsztatowych, w tym m.in. ukierunkowane pytania, arkusze analityczne, umożliwiające przeprowadzenie przewidzianych w szkoleniu analiz i szablony metodyczne.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uczestnictwa w usłudze szkoleniowej jest poprawne zarejestrowanie przez uczestnika usługi poprzez system Bazy Usług Rozwojowych.

Warunkiem otrzymania certyfikatu/zaświadczenia ukończenia usługi jest:

- udział w co najmniej 80% czasu trwania szkolenia,
- zaliczenie walidacji (przewidzianych zadań i testu końcowego) zgodnie z kryteriami (próg zaliczenia: 60%).

Informacje dodatkowe

Usługa realizowana w ramach Projektu „Aktywni Dolnoślązacy” nr FEDS.07.09-IP.02-0013/24-00.

Ankieta oceniająca szkolenie na koniec usługi (element obligatoryjny).

Forma wsparcia po zakończonej usłudze: możliwość dodatkowych konsultacji w formie mailowej i telefonicznej.

Adres

ul. Jurija Gagarina 13a
87-100 Toruń

woj. kujawsko-pomorskie

ul. Jurija Gagarina 13A, 87-100 Toruń, pok. 33A

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Angelika Pańka

E-mail angelika.panka@umk.pl

Telefon (+48) 723 960 922