



PHU BEST
CENTRUM
JĘZYKÓW OBCYCH
DARIUSZ
WIŚNIEWSKI

★★★★★ 4,5 / 5
297 ocen

Zielone Kompetencje w Komunikacji Cyfrowej: AI i Social Media

Numer usługi 2026/02/07/11271/3315274

📍 Tychy / mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną
w czasie rzeczywistym)

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 18 h

📅 24.04.2026 do 26.04.2026

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

277,78 PLN brutto/h

277,78 PLN netto/h

175,00 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Informatyka i telekomunikacja / Internet
Grupa docelowa usługi	Usługa jest dedykowana osobom, które: • chcą projektować komunikację zgodną z zasadami zrównoważonego rozwoju, • planują wykorzystywać narzędzia AI w sposób etyczny i odpowiedzialny, • chcą ograniczać nadprodukcję treści i zwiększać efektywność działań cyfrowych, • zamierzają budować transparentny i proekologiczny wizerunek marki,
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	15
Data zakończenia rekrutacji	23-04-2026
Forma prowadzenia usługi	mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
Liczba godzin usługi	18
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Znak Jakości TGLS Quality Alliance

Cel

Cel edukacyjny

Celem edukacyjnym usługi jest rozwój zielonych kompetencji uczestników w zakresie projektowania i prowadzenia odpowiedzialnej komunikacji cyfrowej z wykorzystaniem narzędzi sztucznej inteligencji oraz mediów społecznościowych, zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza : Uczestnik: Charakteryzuje zasady zielonej transformacji w komunikacji cyfrowej. Charakteryzuje możliwości i ograniczenia wykorzystania AI w marketingu. Wyjaśnia rolę ESG w projektowaniu komunikacji. Charakteryzuje elementy strategii komunikacji ekologicznej. Charakteryzuje mechanizmy budowania zaangażowania społeczności online.	charakteryzuje pojęcie zielonych kompetencji w komunikacji cyfrowej, charakteryzuje zasady zrównoważonego rozwoju i ESG w marketingu, rozdziela rzetelną komunikację ekologiczną i greenwashing, wskazuje możliwości i ograniczenia wykorzystania AI w social media, charakteryzuje wpływ działań cyfrowych na środowisko, opisuje zasady etycznego stosowania AI	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Umiejętności : Tworzy treści edukacyjne i promocyjne o tematyce ekologicznej. Projektuje strategię zielonej komunikacji cyfrowej. Stosuje narzędzia AI do automatyzacji i optymalizacji działań. Użytkuje narzędzia analityczne do oceny efektywności kampanii. Kreuje kampanie zgodne z zasadami zrównoważonego rozwoju. Dostosowuje komunikację do grupy docelowej i specyfiki branży. Planuje działania marketingowe w sposób ograniczający nadprodukcję treści. Wykorzystuje AI do tworzenia grafik, scenariuszy i treści wideo.	tworzy treści ekologiczne do social media, projektuje mini strategię komunikacji zgodną z zasadami zrównoważonego rozwoju, stosuje narzędzia AI do generowania treści, dostosowuje komunikację do określonej grupy docelowej, planuje harmonogram publikacji, wykorzystuje dane analityczne do oceny skuteczności działań, kreuje koncepcję kampanii proekologicznej.	Analiza dowodów i deklaracji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Kompetencje społeczne: Stosuje zasady etycznej i transparentnej komunikacji. Kreuje postawy odpowiedzialne środowiskowo wśród odbiorców. Dostosowuje przekaz do wartości ekologicznych i oczekiwań społecznych. Planuje działania komunikacyjne z uwzględnieniem wpływu społecznego. Projektuje rozwiązania wspierające budowanie świadomej społeczności online.	stosuje zasady etycznej komunikacji, wyказuje odpowiedzialność za treści generowane z wykorzystaniem AI, dostosowuje przekaz do wartości społecznych i środowiskowych, planuje działania z uwzględnieniem wpływu społecznego, kreuje rozwiązania sprzyjające budowaniu świadomej społeczności online.	Prezentacja Wywiad swobodny

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?

TAK

Program

Forma: stacjonarna / online

Czas trwania: 18 godzin (3 DNI)

DZIEŃ 1 (24.04.2026) – ONLINE (3H)

BLOK I: Zielona transformacja w komunikacji cyfrowej

MODUŁ 1: ESG i zrównoważony rozwój w marketingu

Trendy ESG i zrównoważony rozwój w marketingu

- Zielona kompetencja: Rozumienie roli komunikacji w realizacji celów ESG.
- Ćwiczenie praktyczne: Analiza przykładów marek komunikujących działania proekologiczne.
- Mierzalny rezultat: Uczestnik potrafi wskazać elementy komunikacji wspierające cele ESG.

Ślad cyfrowy i wpływ działań online na środowisko

- Zielona kompetencja: Świadomość wpływu działań cyfrowych na środowisko.
- Ćwiczenie praktyczne: Analiza własnych działań marketingowych pod kątem „cyfrowego śladu”.
- Mierzalny rezultat: Uczestnik identyfikuje obszary, w których może ograniczyć nadprodukcję treści i zasobów.

DZIEŃ 2 (25.04.2026) – STACJONARNIE (7,5H)

BLOK II: Odpowiedzialna komunikacja i AI w marketingu

MODUŁ 2: Etyka i odpowiedzialność w komunikacji ekologicznej

Zielona kompetencja: Transparentna i odpowiedzialna komunikacja środowiskowa.

Ćwiczenie praktyczne:

- Identyfikacja przykładów greenwashingu
- Opracowanie komunikatu zgodnego z zasadą transparentności

Mierzalny rezultat: Uczestnik potrafi przygotować komunikat marketingowy zgodny z zasadami etycznej komunikacji ESG.

MODUŁ 3: AI jako narzędzie wspierające zieloną komunikację

Zielona kompetencja: Efektywne wykorzystanie AI w celu ograniczenia nadprodukcji treści i zużycia zasobów.

Ćwiczenie praktyczne:

- Tworzenie postów z wykorzystaniem AI (tekst, grafika, wideo)
- Projektowanie prostego Agenta AI do wsparcia komunikacji
- Automatyzacja publikacji i planowania treści

Mierzalny rezultat: Uczestnik tworzy zestaw treści marketingowych przy użyciu AI oraz wskazuje oszczędność czasu i zasobów wynikającą z automatyzacji.

MODUŁ 4: Projektowanie zielonej strategii Social Media

Zielona kompetencja: Planowanie komunikacji w modelu „less waste content”.

Ćwiczenie praktyczne:

- Opracowanie mini-kalendarza publikacji (1 miesiąc)
- Dobór kanałów komunikacji
- Określenie mierników efektywności (zasięg, zaangażowanie, konwersja)

Mierzalny rezultat: Uczestnik opracowuje uproszczony plan komunikacji zgodny z zasadą jakości zamiast nadprodukcji treści.

DZIEŃ 3 (26.04.2026) – ONLINE (7,5H)

BLOK III: Praktyczne zastosowanie AI w komunikacji zawodowej

MODUŁ 5: Tworzenie praktycznego materiału komunikacyjnego z wykorzystaniem AI

Zielona kompetencja: Wykorzystanie narzędzi AI do efektywnej i oszczędnej komunikacji cyfrowej.

Ćwiczenie praktyczne:

Każdy uczestnik przygotowuje realny materiał, który wykorzysta w swojej pracy, np.:

- serię 3 postów edukacyjnych,
- kampanię informacyjną dla klientów,
- prezentację o działaniach ESG firmy,

- eko-newsletter,
- materiał rekrutacyjny,
- komunikat wewnętrzny dla pracowników.

Tworzenie odbywa się przy użyciu AI (np. ChatGPT, Canva AI, Copilot, Gamma).

Uczestnik porównuje:

- czas przygotowania bez AI,
- czas przygotowania z AI,
- liczbę iteracji/poprawek,
- potencjalne ograniczenie drukowania i pracy manualnej.

Mierzalny rezultat: Uczestnik tworzy gotowy materiał komunikacyjny oraz wskazuje konkretne oszczędności czasu i zasobów.

MODUŁ 6: Analiza efektywności i wpływu środowiskowego

Zielona kompetencja: Łączenie efektywności marketingowej z redukcją zasobów.

Ćwiczenie praktyczne:

- oszacowanie miesięcznej/rocznej oszczędności czasu,
- ograniczenie liczby nadmiarowych publikacji,
- redukcja zużycia papieru (np. brak drukowanych materiałów),
- optymalizacja pracy zespołu.

Mierzalny rezultat: Uczestnik potrafi wykazać, w jaki sposób zastosowanie AI zmniejsza zużycie zasobów i zwiększa efektywność działań marketingowych.

WALIDACJA I ZAKOŃCZENIE SZKOLENIA

Etap 1: Test wiedzy (walidacja wiedzy teoretycznej)

Test obejmuje:

- zasady komunikacji ESG,
- identyfikację greenwashingu,
- wpływ działań cyfrowych na środowisko,
- zastosowanie AI w komunikacji marketingowej.

Mierzalny rezultat: Uczestnik potwierdza znajomość zasad odpowiedzialnej i zielonej komunikacji cyfrowej.

Etap 2: Prezentacja projektu komunikacyjnego (walidacja umiejętności)

Uczestnik prezentuje przygotowany materiał (np. serię postów, prezentację ESG, kampanię informacyjną), wskazując:

- cel komunikacyjny,
- wykorzystanie AI,
- oszczędność czasu i zasobów,
- ograniczenie nadprodukcji treści,
- planowane wskaźniki efektywności.

Mierzalny rezultat: Uczestnik potrafi zaprojektować i uzasadnić ekologiczne zastosowanie AI w komunikacji cyfrowej.

Etap 3: Rozmowa z walidatorem (walidacja kompetencji społecznych)

Indywidualna rozmowa obejmuje:

- ocenę spójności komunikatu z zasadami ESG,
- analizę realności wdrożenia,
- ocenę wpływu działań na efektywność i ograniczenie zasobów.

Mierzalny rezultat: Uczestnik wykazuje gotowość do odpowiedzialnego i etycznego prowadzenia komunikacji cyfrowej.

ZAKOŃCZENIE SZKOLENIA

- Podsumowanie zdobytej wiedzy i kompetencji

- Autoewaluacja planu wdrożenia działań komunikacyjnych
- Ankieta ewaluacyjna
- Rekomendacje dalszego rozwoju kompetencji cyfrowych i zielonych

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 12

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
1 z 12 MODUŁ 1. ESG i zrównoważony rozwój w marketingu	Natalia Gaweł	24-04-2026	18:00	21:00	03:00	Nie
2 z 12 MODUŁ 2. Etyka i odpowiedzialność w komunikacji ekologicznej	Natalia Gaweł	25-04-2026	08:30	11:30	03:00	Tak
3 z 12 przerwa	Natalia Gaweł	25-04-2026	11:30	11:45	00:15	Tak
4 z 12 MODUŁ 3. AI jako narzędzie wspierające zieloną komunikację	Natalia Gaweł	25-04-2026	11:45	13:00	01:15	Tak
5 z 12 Przerwa obiadowa	Natalia Gaweł	25-04-2026	13:00	13:30	00:30	Tak
6 z 12 MODUŁ 4. Projektowanie zielonej strategii Social Media	Natalia Gaweł	25-04-2026	13:30	16:00	02:30	Tak
7 z 12 MODUŁ 5. Tworzenie praktycznego materiału komunikacyjnego z wykorzystaniem AI	Natalia Gaweł	26-04-2026	08:30	10:30	02:00	Nie
8 z 12 przerwa	Natalia Gaweł	26-04-2026	10:30	10:40	00:10	Nie

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
9 z 12 MODUŁ 5. Tworzenie praktycznego materiału komunikacyjn ego z wykorzystanie m AI cd	Natalia Gaweł	26-04-2026	10:40	12:30	01:50	Nie
10 z 12 Przerwa obiadowa	Natalia Gaweł	26-04-2026	12:30	13:00	00:30	Nie
11 z 12 MODUŁ 6. Analiza efektywności i wpływu środowiskowe go + pytania i odpowiedzi	Natalia Gaweł	26-04-2026	13:00	15:15	02:15	Nie
12 z 12 walidacja	-	26-04-2026	15:15	16:00	00:45	Nie

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	277,78 PLN
Koszt osobogodziny netto	277,78 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1

1 z 1
Natalia Gaweł



Natalia Gawel jest certyfikowanym trenerem AI o specjalności „Sztuczna inteligencja w pracy, biznesie i edukacji”. Prowadzi szkolenia i walinacje dla firm, instytucji i osób indywidualnych w zakresie praktycznego wykorzystania sztucznej inteligencji w codziennej pracy, nauce i rozwoju osobistym. W 2025 r. zrealizowała szereg autorskich szkoleń z tematyki AI, m.in: "Angielski z AI – jak wykorzystać sztuczną inteligencję w procesie uczenia się języka angielskiego", „Inteligentna ekologia: Jak AI wspiera zrównoważony rozwój osobisty w miejscu pracy”, a także liczne szkolenia dla firm z obszaru komunikacji i języka zawodowego, m.in. „Zrozum, powiedz, przekonaj – komunikacja i angielski w branży PV”. Ukończyła studia licencjackie na kierunku English Philology na Uniwersytecie Opolskim w 2023 r., a następnie podjęła studia magisterskie na kierunku Kognitywistyka na Uniwersytecie Śląskim. W ramach studiów rozwija kompetencje z zakresu sztucznej inteligencji, programowania (Python) i uczenia maszynowego, łącząc wiedzę o mechanizmach ludzkiego poznania z praktycznymi umiejętnościami informatycznymi. Zrealizowała m.in. przedmioty dotyczące języków programowania oraz algorytmów uczących się, uzyskując z nich oceny bardzo dobre. Interdyscyplinarne przygotowanie pozwala jej łączyć perspektywę humanistyczną i technologiczną w edukacji oraz projektach rozwojowych. Od 2021 pracuje również w szkole językowej BEST CJO jako lektorka języka angielskiego, a 2023 pełni funkcję Director of Studies.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Skrypt materiałów szkoleniowych PDF dostosowanych tematycznie do realizowanej usługi rozwojowej.

- **Linki do narzędzi AI** wspierających pracę, naukę i życie codzienne
- **Artykuły i badania** dotyczące wykorzystania AI w pracy
- **Dodatkowe ćwiczenia** w postaci interaktywnych zadań i quizów online

Warunki uczestnictwa

Podstawowa znajomość obsługi komputera i Internetu.

Informacje dodatkowe

- Szkolenie prowadzone jest w godz. zegar. (1h=60min)
- Łączny czas obejmuje przerwy
- Zajęcia realizowane są w jednej grupie, bez podziału na podgrupy
- Organizator zapewnia materiały szkoleniowe oraz warunki sprzyjające aktywnemu uczestnictwu
- Stosowane metody: dyskusje, analiza przypadków, studia przypadków, ćwiczenia planistyczne, warsztaty refleksyjne, odgrywanie ról
- Usługa dostosowana do potrzeb uczestników, z zapewnieniem dostępności dla osób ze szczególnymi potrzebami zgodnie z obowiązującymi przepisami
- Podstawą do rozliczenia usługi jest wygenerowanie z systemu raportu, umożliwiającego identyfikację obecności wszystkich uczestników oraz zastosowanego narzędzia.
- Walidacja zostanie przeprowadzona zdalnie. Materiały są zebrane i oddane osobie walidującej.

Usługa zwolniona z VAT zgodnie z treścią § 3 ust. 1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 roku w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz.U. z 2013r. poz. 1722 ze zm.)

Warunki techniczne

Wymagania sprzętowe: Warunki techniczne szkolenia realizowanego na platformie Microsoft Teams

1. Wymagania sprzętowe: Wymagany komputer PC lub Mac, Smartfon lub Tablet z systemem Android/iOS (wymagane pobranie aplikacji Microsoft Teams) z dostępem do internetu. Wymagania sprzętowe: Dual Core 2Ghz lub wyższy, 4gb ram (zalecane) Zalecana kamera internetowa oraz mikrofon dla udziału w sesjach wideo.
2. Przeglądarka internetowa: Zalecane przeglądarki: Google Chrome (zalecana), Mozilla Firefox, Safari. Wymagane zaktualizowane wersje przeglądarek dla optymalnej wydajności.
3. Stabilne połączenie internetowe: Dostęp do internetu o preferowanej szybkości min. 1 MB/s 4. Platforma Teams: Konieczne pobranie i zainstalowanie najnowszej wersji aplikacji Microsoft Teams przed szkoleniem. Aktywne konto na platformie Microsoft Teams (możliwość utworzenia bezpłatnego konta).
5. System operacyjny: Kompatybilność z systemem Windows lub macOS.
6. Oprogramowanie dodatkowe: Zalecane zainstalowanie najnowszych wersji programów, takich jak przeglądarka, Java, Flash itp.
7. Dźwięk i słuchawki: Zalecane użycie głośników lub słuchawek z mikrofonem dla lepszej jakości dźwięku. Sprawdzenie działania dźwięku przed rozpoczęciem szkolenia.
8. Przygotowanie przed sesją: Testowanie sprzętu i połączenia przed planowanym szkoleniem. Zapewnienie cichego miejsca pracy dla minimalizacji zakłóceń.
9. Wsparcie techniczne: Zapewnienie kontaktu z pomocą techniczną w razie problemów podczas sesji.
10. Zaplanowane przerwy: Uwzględnienie krótkich przerw w grafiku dla odpoczynku uczestników.

Adres

ul. Mikołaja Kopernika 1B/-
43-100 Tychy
woj. śląskie

Kontakt



WIOLETTA LIGĘZA

E-mail tychy@bestcentrum.pl

Telefon (+48) 500 169 042