



Joanna
Sierżputowska-
Mantur Siesta
Umysłu

Brak ocen dla tego dostawcy

Kwalifikacje cyfrowe przyszłości:
Praktyczny kurs narzędzi AI

Numer usługi 2026/02/25/178236/3362261

📍 Wrocław / stacjonarna
🏢 Usługa szkoleniowa
🕒 48 h
📅 26.03.2026 do 31.03.2026

8 640,00 PLN brutto
8 640,00 PLN netto
180,00 PLN brutto/h
180,00 PLN netto/h
213,44 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Zarządzanie przedsiębiorstwem
Grupa docelowa usługi	Szkolenie adresowane jest do szerokiego grona pracowników biurowych, administracyjnych oraz specjalistów różnych branż, którzy chcą aktywnie rozwijać swoje kwalifikacje cyfrowe w odpowiedzi na dynamicznie zmieniający się rynek pracy. Program został stworzony z myślą o osobach pragnących podnieść swoje kompetencje praktyczne, przechodząc od podstawowego zrozumienia sztucznej inteligencji do sprawnego operowania zaawansowanymi narzędziami takimi jak Gemini, ChatGPT czy Perplexity AI. Grupa docelowa obejmuje pracowników, których obowiązki wymagają nowoczesnego podejścia do komunikacji, analizy dokumentacji biznesowej oraz tworzenia treści tekstowych i wizualnych.
Minimalna liczba uczestników	4
Maksymalna liczba uczestników	10
Data zakończenia rekrutacji	25-03-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	48
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat VCC Akademia Edukacyjna

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest podniesienie kwalifikacji cyfrowych poprzez nabycie umiejętności obsługi narzędzi takich jak Gemini, ChatGPT i Perplexity. Uczestnik nauczy się samodzielnie konstruować precyzyjne prompty do generowania dokumentacji, wykorzystywać AI do błyskawicznej analizy plików PDF oraz weryfikacji źródeł internetowych. Ponadto nabędzie biegłość w automatycznym tworzeniu profesjonalnych prezentacji w narzędziu Gamma, zmieniając surowe dane w gotowe do przedstawienia slajdy.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik identyfikuje różnice między modelami AI oraz zasady bezpieczeństwa danych.określa	Opisuje mechanizm działania LLM oraz zjawisko halucynacji.eryfikuje	Wywiad swobodny
		Debata swobodna
	Wyjaśnia zasady anonimizacji danych w kontekście RODO.	Debata swobodna
		Wywiad swobodny
Uczestnik ocenia przydatność narzędzi AI w konkretnych procesach biurowych.	Różnicuje funkcjonalności ChatGPT, Gemini i Perplexity	Wywiad swobodny
		Debata swobodna
	Różnicuje funkcjonalności ChatGPT, Gemini i Perplexity.	Wywiad swobodny
		Debata swobodna
Uczestnik interpretuje wyniki wyszukiwania uzyskane za pomocą AI.	Diagnostuje ryzyka związane z wprowadzaniem danych poufnych do chmury.	Debata swobodna
		Wywiad swobodny
	Porównuje wiarygodność źródeł dostarczonych przez Perplexity AI.	Wywiad swobodny
		Debata swobodna
Uczestnik analizuje złożone dokumenty biznesowe w formacie PDF.	Weryfikuje poprawność faktów przy użyciu wyszukiwarki Gemini.	Debata swobodna
		Wywiad swobodny
	Streszcza kluczowe wnioski z wielostronicowych raportów.	Wywiad swobodny
		Debata swobodna
	Wykrywa niespójności lub brakujące dane w analizowanej dokumentacji.	Debata swobodna
		Wywiad swobodny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik projektuje profesjonalną komunikację biznesową wspieraną przez AI.	Sporządza szablony maili i pism w różnych stylach językowych.	Wywiad swobodny
		Debata swobodna
	Dobiera odpowiedni ton wypowiedzi do profilu odbiorcy.	Debata swobodna
		Wywiad swobodny
Uczestnik planuje optymalizację powtarzalnych procesów biurowych.	Konstruuje zaawansowane prompty (instrukcje) wieloetapowe.	Wywiad swobodny
		Debata swobodna
	Przygotowuje agendy spotkań i listy zadań na podstawie notatek.	Debata swobodna
		Wywiad swobodny
Uczestnik wyznacza priorytety w harmonogramie dnia przy pomocy asystenta. Uczestnik konstruuje materiały wizualne na potrzeby ofert i prezentacji.	Sortuje zadania pod kątem ich ważności i pilności.	Wywiad swobodny
		Debata swobodna
	Prognozuje oszczędności czasowe wynikające z wdrożenia automatyzacji.	Wywiad swobodny
		Debata swobodna
		Debata swobodna
	Projektuje strukturę prezentacji w narzędziu Gamma.app.	Wywiad swobodny
	Wstawia odpowiednio wygenerowane grafiki do dokumentów firmowych.	Wywiad swobodny
		Debata swobodna
Uczestnik dobiera metafory wizualne do przekazu merytorycznego.	Uzyskuje unikalne ilustracje i ikony za pomocą DALL-E 3.	Debata swobodna
		Wywiad swobodny
	Reguluje parametry wizualne grafik w Designerze.	Wywiad swobodny
		Debata swobodna

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik ewaluuje własną efektywność pracy z wykorzystaniem AI.	Uzasadnia wybór konkretnych metod pracy w oparciu o wyniki.	Wywiad swobodny
		Debata swobodna
	Wnioskuje o konieczności modyfikacji promptów na podstawie błędów.	Debata swobodna
		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

Kwalifikacje cyfrowe przyszłości: Praktyczny kurs narzędzi AI

Moduł 1: Fundamenty i bezpieczeństwo w ekosystemie AI

- **Wprowadzenie do modeli językowych:** Zrozumienie różnic między ChatGPT, Gemini i Perplexity oraz ich unikalnych zastosowań w pracy biurowej.
- **Etyka i bezpieczeństwo danych:** Zasady ochrony informacji poufnych, anonimizacja danych oraz bezpieczne logowanie i konfiguracja kont.
- **Kluczowe pojęcia:** Wyjaśnienie mechanizmów działania AI (tokeny, halucynacje, kontekst) oraz sposoby unikania błędów poznawczych.

Moduł 2: Research, weryfikacja informacji i analiza biznesowa

- **Wyszukiwanie precyzyjne:** Wykorzystanie Perplexity AI do zdobywania rzetelnych informacji popartych aktywnymi źródłami internetowymi.
- **Ekosystem Google Gemini:** Praca z informacjami dostępnymi w czasie rzeczywistym i weryfikacja faktów bezpośrednio w wyszukiwarce.

- **Analiza dokumentacji:** Przetwarzanie i streszczanie obszernych plików PDF, wyciąganie wniosków z raportów biznesowych oraz wyszukiwanie konkretnych zapisów w regulaminach.
- ### Moduł 3: Dokumentacja, komunikacja i edycja tekstów
- **Profesjonalny copywriting:** Tworzenie szablonów maili, pism urzędowych, ofert handlowych i artykułów z wykorzystaniem ChatGPT i Gemini.
 - **Personalizacja stylu:** Techniki zmiany tonu wypowiedzi, dopasowanie komunikacji do grupy docelowej oraz profesjonalna korekta językowa.
 - **Integracja narzędziowa:** Wykorzystanie Gemini do pisania treści bezpośrednio w Dokumentach Google oraz zarządzania korespondencją w Gmailu.

Moduł 4: Automatyzacja codziennych zadań biurowych

- **Zaawansowany Prompting:** Tworzenie wieloetapowych instrukcji (promptów) automatyzujących powtarzalne czynności zawodowe.
- **Organizator pracy:** Wykorzystanie AI do planowania harmonogramu dnia, priorytetyzacji zadań oraz tworzenia agendy spotkań.
- **Zarządzanie wiedzą:** Przekształcanie chaotycznych notatek z zebrań w uporządkowane listy zadań i podsumowania decyzyjne.

Moduł 5: Storytelling wizualny i projektowanie graficzne

- **Automatyzacja prezentacji:** Budowanie kompletnych talii slajdów w narzędziu Gamma.app na podstawie surowego tekstu lub jednego zapytania.
- **Grafika użytkowa:** Generowanie unikalnych obrazów, ikon i ilustracji do dokumentów firmowych z użyciem DALL-E 3 i Microsoft Designer.
- **Edycja wizualna:** Szybka obróbka graficzna, usuwanie tła i dostosowanie estetyki materiałów do standardów identyfikacji wizualnej firmy.

Moduł 6: Walidacja kwalifikacji cyfrowych

- **Test teoretyczny:** Kompleksowa weryfikacja wiedzy z zakresu obsługi poznanych narzędzi, bezpieczeństwa cyfrowego oraz umiejętności konstruowania skutecznych zapytań dla systemów AI.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 22

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 22 Moduł 1: Fundamenty AI. Przegląd narzędzi, konfiguracja kont.	Joanna Sierzputowska-Mantur	26-03-2026	15:00	17:30	02:30
2 z 22 Moduł 1: Bezpieczeństwo. Etyka, RODO i anonimizacja danych.	Joanna Sierzputowska-Mantur	26-03-2026	17:45	20:00	02:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 22 Moduł 2: Research. Perplexity AI i weryfikacja źródeł.	Joanna Sierzputowska-Mantur	26-03-2026	20:15	21:30	01:15
4 z 22 Moduł 2: Gemini. Praca w czasie rzeczywistym i Google Search.	Joanna Sierzputowska-Mantur	27-03-2026	15:00	17:30	02:30
5 z 22 Moduł 2: Analiza danych. Praca z plikami PDF i raportami.	Joanna Sierzputowska-Mantur	27-03-2026	17:45	20:00	02:15
6 z 22 Moduł 3: Dokumentacja. Podstawy redagowania maili i pism.	Joanna Sierzputowska-Mantur	27-03-2026	20:15	21:30	01:15
7 z 22 Moduł 3: Redakcja i Styl. Zmiana tonu, korekta i personalizacja.	Joanna Sierzputowska-Mantur	28-03-2026	08:00	10:30	02:30
8 z 22 Moduł 3: Ekosystem Google. Gemini w Dokumentach i Gmailu.	Joanna Sierzputowska-Mantur	28-03-2026	10:45	13:30	02:45
9 z 22 Moduł 4: Automatyzacja. Budowa bazy własnych promptów.	Joanna Sierzputowska-Mantur	28-03-2026	14:00	16:30	02:30
10 z 22 Moduł 4: Organizacja pracy. AI jako planer i asystent zadań.	Joanna Sierzputowska-Mantur	28-03-2026	16:45	18:45	02:00
11 z 22 Moduł 4: Notatki. Przetwarzanie transkrypcji w listy zadań.	Joanna Sierzputowska-Mantur	28-03-2026	19:00	21:15	02:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 22 Moduł 5: Storytelling. Projektowanie narracji biznesowej.	Joanna Sierzputowska-Mantur	29-03-2026	08:00	10:30	02:30
13 z 22 Moduł 5: Gamma.app. Automatyczne tworzenie prezentacji.	Joanna Sierzputowska-Mantur	29-03-2026	10:45	13:30	02:45
14 z 22 Moduł 5: Grafika. DALL-E 3 i Microsoft Designer w praktyce.	Joanna Sierzputowska-Mantur	29-03-2026	14:00	16:30	02:30
15 z 22 Moduł 5: Design. Edycja wizualna i estetyka materiałów.	Joanna Sierzputowska-Mantur	29-03-2026	16:45	18:45	02:00
16 z 22 Moduł 5: Oferty. Łączenie treści i grafiki w dokumenty ofertowe.	Joanna Sierzputowska-Mantur	29-03-2026	19:00	21:15	02:15
17 z 22 Moduł 6: Warsztat powtórzeniowy. Q&A i utrwalanie wiedzy.	Joanna Sierzputowska-Mantur	30-03-2026	15:00	17:30	02:30
18 z 22 Moduł 6: Praktyka. Indywidualna optymalizacja procesów uczestników.	Joanna Sierzputowska-Mantur	30-03-2026	17:45	20:00	02:15
19 z 22 Moduł 6: Przygotowanie. Próbne pytania i repetytorium.	Joanna Sierzputowska-Mantur	30-03-2026	20:15	21:30	01:15
20 z 22 Zadanie Praktyczne: "Twój Cyfrowy Start"	Joanna Sierzputowska-Mantur	31-03-2026	15:00	17:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
21 z 22 Walidacja-Test	-	31-03-2026	17:15	19:15	02:00
22 z 22 Analiza wyników, wyjaśnienie najtrudniejszych pytań. Wręczenie certyfikatów i planu rozwoju po szkoleniu.	Joanna Sierzputowska-Mantur	31-03-2026	19:30	21:30	02:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	8 640,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	8 640,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	180,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	180,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Joanna Sierzputowska-Mantur

Absolwentka Wydziału Ekonomicznego Uniwersytetu Szczecińskiego, oraz studiów podyplomowych na kierunkach: rachunkowość, zarządzanie projektami, mentoring oraz coaching.

Od 2004 roku zaangażowana w prowadzenie szkoleń z zakresu kompetencji leaderskich, dobrostanu psychicznego, komunikacji interpersonalnej, budowania procesów wdrożeniowych i rekrutacyjnych a także kompetencji cyfrowych i zrównoważonego rozwoju.

Prowadziła warsztaty w ramach projektu "Eko Liderki", "AI od podstaw: Buduj swoje kwalifikacje cyfrowe", " Warsztaty AL dla seniorów".

Pracuje z grupami oraz klientami indywidualnymi.

Wspiera przedsiębiorców, liderów, pracowników liniowych oraz osoby przygotowujące się do objęcia

funkcji menadżerskich.

Przez ponad 20 lat związana z międzynarodowymi korporacjami sprzedażowymi, gdzie pełniła funkcje trenerskie oraz menadżerskie średniego i wyższego szczebla, zarządzając zespołami w wielokulturowym, dynamicznym środowisku biznesowym.

Łączy doświadczenie biznesowe z niezbędną teorią, dostosowując szkolenia i warsztaty do potrzeb. Współpracowała z Uniwersytetem WSB "Merito" w Szczecinie, prowadząc zajęcia ze studentami w obszarach doboru pracowników, wyzwań rynku pracy, zarządzania ścieżką kariery oraz negocjacji biznesowych, gdzie praktycznie wykorzystywała umiejętności cyfrowe.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują konspekty usługi z miejscem do notowania i długopis.

Informacje dodatkowe

Uczestnik ma dostęp do konsultacji poszkoleniowych w formie e-mail do 4 tygodni po zrealizowanym szkoleniu.

Adres

ul. Szronowa 6
53-023 Wrocław
woj. dolnośląskie

Miejsce szkolenia stanowi kameralny gabinet z szybkim łączem internetowym dla max 10 uczestników. Miejsce szkolenia nie jest wyposażone w laptopy. Część warsztatów odbędzie się w Radwanicach koło Wrocławia przy ul. skrajnej 5.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi
- Przy lokalizacjach znajdują się ogólnodostępne miejsca parkingowe.

Kontakt



JOANNA SIERZPUTOWSKA-MANTUR

E-mail joanna@siestaumyslu.pl

Telefon (+48) 505 459 647