



Marta Niciejewska
usługi edukacyjno-
szkoleniowe
"SeduN"

★★★★★ 5,0 / 5

37 ocen

"Aktywni i Bezpieczni w Sieci - jak chronić siebie i innych przed zagrożeniami online?"

Numer usługi 2026/03/03/150081/3377899

📍 Częstochowa

🏢 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 16:00 h

📅 23.05.2026 do 24.05.2026

4 800,00 PLN brutto

4 800,00 PLN netto

300,00 PLN brutto/h

300,00 PLN netto/h

233,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Informatyka i telekomunikacja / Internet

Grupa docelowa usługi

Osobami, które mogą wziąć udział w szkoleniu są osoby w różnym wieku, które pracują lub planują pracę w środowisku zdalnym, biurowym lub hybrydowym i które pragną zwiększyć swoje umiejętności cyfrowe oraz propagować profilaktykę cyberbezpieczeństwa w swoim otoczeniu.

W szczególności zapraszamy osoby, które:

- nie mają dużego doświadczenia w świecie technologii cyfrowej,
- pracują bądź chcą pracować na stanowiskach, na których wymagane są umiejętności cyfrowe,
- używają Internetu w codziennych obowiązkach,
- obawiają się paść ofiarą oszustw internetowych,
- chcą zwiększyć swoje cyfrowe umiejętności, zwiększyć swoją niezależność cyfrową i nabyć umiejętności efektywnego identyfikowania potencjalnych zagrożeń,
- pracują w warunkach administracyjno-biurowych, wykorzystując w swojej pracy Internet, komputery, aplikacje mobilne i smartfony,
- chcą tworzyć proste treści, materiały graficzne w sieci,
- są nauczycielami, dyrektorami, pracownikami administracyjnymi,
- chcą nabyć tytuł Animatora Cyberbezpieczeństwa

Minimalna liczba uczestników

5

Maksymalna liczba uczestników

20

Data zakończenia rekrutacji

22-05-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

16

Cel

Cel edukacyjny

Uczestnik po zakończeniu szkolenia uzyska kwalifikacje i tytuł rynkowy Animatora Cyberbezpieczeństwa, bezpiecznie będzie korzystał z Internetu, aplikacji wspierających pracę administracyjną, poczty elektronicznej. Będzie samodzielnie i bezpiecznie tworzył treści graficzne. Będzie samodzielnie identyfikować zagrożenia online, chronić dane osobowe, tworzyć treści, hasła, dokonywać zakupów online, bezpiecznie korzystać z bankowości elektronicznej i efektywnie promować bezpieczeństwo w sieci.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje poszczególne zagrożenia cyfrowe (np. phishing, fake news, pretexting)	Identyfikuje zagrożenia cyfrowe (np. phishing, fake news, pretexting)	Test teoretyczny
	Efektywnie rozpoznaje fałszywe informacje i podaje trafne przykłady fake newsów.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Charakteryzuje zasady ochrony danych osobowych	Wskazuje dane, które powinny być szczególnie chronione (dane wrażliwe)	Test teoretyczny
	Trafnie określa jakie są konsekwencje publikowania w sieci danych osobowych	Obserwacja w warunkach symulowanych
Tworzy silne hasła i ocenia ich znaczenie dla bezpieczeństwa w sieci.	Trafnie ocenia hasło pod kątem bezpieczeństwa	Test teoretyczny
	Trafnie wyjaśnia dlaczego nie stosuje się tych samych haseł do różnych kont.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Rozróżnia zasady bezpiecznego obsługiwanie e-mail, przeglądarki internetowe, aplikacje z komunikatorami	Stosuje zasady bezpiecznego logowania się do kont np. nie korzysta z publicznego WiFi i nie włącza automatycznego zapamiętywania haseł	Test teoretyczny
	Efektywnie identyfikuje aplikacje stanowiące zagrożenie dla urządzenia	Obserwacja w warunkach symulowanych
Kontroluje zasady bezpiecznego korzystania z telefonu i komputera	Charakteryzuje i rozróżnia narzędzia zabezpieczające telefon i komputer (np. system antywirusowy oraz blokadę ekranu)	Test teoretyczny
		Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje i rozróżnia zasady bezpiecznego korzystania z bankowości elektronicznej oraz zakupów online	Rozróżnia i stosuje zasady bezpiecznego logowania się do bankowości elektronicznej (np. podwójne uwierzytelnienie)	Test teoretyczny
	Efektywnie rozpoznaje próbę oszustwa lub wyłudzenia.	Obserwacja w warunkach symulowanych
		Test teoretyczny
	Rozróżnia i stosuje sposoby reakcji na próby wyłudzenia i oszustwa	Obserwacja w warunkach symulowanych
Bezpiecznie obsługuje i prowadzi konta w portalach społecznościowych	Bezpiecznie ustawia i modyfikuje zakres prywatności na portalach społecznościowych	Test teoretyczny
		Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wskazuje ryzyko publikowania takich informacji jak lokalizacja, dane osobowe (np. pesel, rok urodzenia) oraz zdjęć, które prezentują dane wrażliwe.	Test teoretyczny
	Bezpiecznie tworzy treści graficzne przy wykorzystaniu prostego programu	Tworzy proste treści graficzne dla wybranego przez siebie tematu
Rozróżnia i charakteryzuje metody promowania bezpieczeństwa w sieci	Wskazuje odpowiednie metody promowania bezpieczeństwa cyfrowego	Test teoretyczny
		Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

Pytanie 1. Czy dokument jest wydany przez podmiot systemu oświaty lub szkolnictwa wyższego na podstawie odrębnych przepisów?

TAK

ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. - Prawo oświatowe (Dz.U. z 2024 r. poz. 737, z późn. zm.)

Informacje

Program

Szkolenie zostało opracowane zgodnie z zasadą dostępności osób w różnym wieku, które korzystają z Internetu i aplikacji w sieci, ale obawiają się zagrożeń i czują się niepewnie w cyfrowym świecie, jednocześnie chcą nabyć kwalifikacje, które da im konkretne rynkowe możliwości zawodowe. Program obejmuje zarówno wiedzę teoretyczną i praktyczną, realizowaną w formie wykładu oraz aktywizujących grupę ćwiczeń. Całkowity czas trwania usługi wynosi 16 godzin zegarowych (1 dzień - 8 godzin i 2 dzień - 8 godzin), z uwzględnieniem przerw. Szkolenie realizowane jest w formie stacjonarnej, w warunkach sprzyjających skupieniu, bezpieczeństwu i komfortowi uczestników oraz prowadzących.

Po zakończeniu szkolenia uczestnik:

W zakresie wiedzy:

- charakteryzuje podstawowe zagrożenia cyberbezpieczeństwa (phishing, malware, wycieki danych),
- opisuje zasady ochrony danych osobowych oraz bezpiecznego korzystania z usług cyfrowych,
- wyjaśnia zasady bezpiecznej komunikacji elektronicznej i pracy w środowisku biurowym online.

W zakresie umiejętności:

- identyfikuje zagrożenia w Internecie i adekwatnie na nie reaguje,
- stosuje zasady bezpiecznego korzystania z poczty elektronicznej, aplikacji biurowych i systemów administracyjnych,
- tworzy i zarządza bezpiecznymi hasłami oraz danymi dostępowymi,
- bezpiecznie korzysta z bankowości elektronicznej i dokonuje transakcji online,
- tworzy podstawowe treści graficzne z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych w sposób bezpieczny,
- stosuje dobre praktyki ochrony danych podczas pracy i komunikacji online.

W zakresie kompetencji społecznych:

- promuje zasady cyberbezpieczeństwa w swoim środowisku pracy i otoczeniu społecznym,
- działa odpowiedzialnie w zakresie ochrony danych i bezpieczeństwa informacji,
- wykazuje gotowość do aktualizowania wiedzy w obszarze zagrożeń cyfrowych.

Uczestnik szkolenia uzyskuje kompleksowe kwalifikacje w zakresie bezpiecznego, świadomego i efektywnego funkcjonowania w środowisku cyfrowym. Szkolenie kończy się uzyskaniem tytułu oraz certyfikatu Animatora Cyberbezpieczeństwa, potwierdzającego nabyte kwalifikacje.

Warunki organizacyjne realizacji usługi szkoleniowej:

- **Część teoretyczna**
 - - uczestnicy zapoznają się z podstawowymi pojęciami oraz elementami szeroko pojętego świata cyfrowego, w tym zasad bezpieczeństwa i potencjalnych zagrożeń (**test wiedzy - pytania jednokrotnego wyboru zamknięte, pytania sytuacyjne i krótkie analizy przypadków, które pokrywają wszystkie kluczowe efekty uczenia się.**) Kryteria zaliczenia : min. 60% poprawnych odpowiedzi. Test jest oceniany ankietowo przez wskazany podmiot walidujący.
- **Część praktyczna**
 - - uczestnicy wykonują zadania praktyczne polegające na wykonaniu zestawu ćwiczeń symulacyjnych na laptopach/komputerach/urządzeniach mobilnych, rozwiązując wskazane przez trenera zadania problemowe/sytuacyjne (bezpieczna obsługa przeglądark, skrzynek poczty e-mail, kont w mediach społecznościowych, bankowości elektronicznej oraz sklepów internetowych) - **zadania wykonywane indywidualnie, oceniane według rubryk walidacyjnych załączonych do zadań. Ocena praktyczna odbywa się na podstawie uprzednio przygotowanej karty ocen (rubryki) z jasno zdefiniowanymi kryteriami** (np. poprawność identyfikacji zagrożenia, poprawność zastosowanych procedur bezpieczeństwa, kompletność i poprawność wykonanego projektu graficznego). **Kryterium zaliczenia zadania praktycznego : spełnienie 3 z 4 kryteriów rubryki (lub osiągnięcie min. 60% punktów w rubryce).**
- **Walidacja**

- - końcowa część usługi szkoleniowej, polega na spełnieniu przez uczestnika kryterium zarówno w części teoretycznej, jak i praktycznej (informacja o wyniku będzie dostępna w tym samym dniu, w którym odbywa się walidacja), Pozytywne zaliczenie obu części walidacji uprawnia do otrzymania:
- Certyfikatu ukończenia szkolenia i uzyskania kwalifikacji Animatora Cyberbezpieczeństwa wydanego przez Podkarpackie Centrum Usług Dydaktycznych w Rzeszowie, na podstawie potwierdzenia przeprowadzenia walidacji przez Martę Niciejewską usługi edukacyjno-szkoleniowe "SeduN"

Dzień 1 - Bezpieczna aktywność w sieci - podstawowe kroki

1. Podstawowe pojęcia i definicje związane z szeroko pojętym światem wirtualnym
2. Charakterystyka elementów tworzących świat cyfrowy
3. Charakterystyka i identyfikacja zagrożeń w sieci - podstawa skutecznej prewencji
4. Bezpieczne media społecznościowe - fakty i mity
5. Aktywnie i bezpiecznie w sieci - tworzenie prostych treści i materiałów graficznych przy wykorzystaniu wybranego programu

Dzień 2 - Dane osobowe pod kontrolą oraz bezpieczeństwo w samodzielnej aktywności w sieci

1. Jak bezpiecznie korzystać z poczty elektronicznej? - step by step
2. Ochrona wrażliwych danych w sieci - podstawy prawne i praktyczne zastosowania
3. Jak bezpiecznie korzystać z bankowości elektronicznej? - step by step
4. Technologia cyfrowa pod kontrolą - zasady i wytyczne bezpiecznego użytkowania urządzeń tj. komputera, telefonu.
5. Bezpieczne zakupy online - jak rozpoznać sklepy-widma?
6. Metody promowania bezpieczeństwa w sieci - interesująco i efektywnie.
7. Powtórzenie wiadomości oraz test i podsumowujące zadania praktyczne
8. Podsumowanie szkolenia i wręczenie Certyfikatów przez Organizatora

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 25

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 25 Przywitanie, przedstawienie się uczestników oraz trenera, omówienie agendy	MAREK KOPIEC	23-05-2026	09:00	09:30	00:30
2 z 25 Podstawowe definicje oraz pojęcia związane z szeroko pojętym światem wirtualnym	MAREK KOPIEC	23-05-2026	09:30	10:30	01:00
3 z 25 Poznajemy podstawowe elementy świata cyfrowego - ćwiczenia praktyczne	MAREK KOPIEC	23-05-2026	10:30	11:00	00:30
4 z 25 Przerwa	MAREK KOPIEC	23-05-2026	11:00	11:15	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 25 Charakterystyka zagrożeń w sieci	MAREK KOPIEC	23-05-2026	11:15	12:15	01:00
6 z 25 Identyfikacja zagrożeń w sieci - podstawa skutecznej prewencji - ćwiczenia praktyczne	MAREK KOPIEC	23-05-2026	12:15	13:15	01:00
7 z 25 Przerwa	MAREK KOPIEC	23-05-2026	13:15	13:30	00:15
8 z 25 Bezpieczeństwo w mediach społecznościowych - fakty i mity	MAREK KOPIEC	23-05-2026	13:30	14:45	01:15
9 z 25 Programy wspierające aktywność w sieci - tworzenie treści i materiałów graficznych - prosto i bezpiecznie (Canva)	Roksana Słowińska	23-05-2026	14:45	15:30	00:45
10 z 25 Przerwa	Roksana Słowińska	23-05-2026	15:30	16:00	00:30
11 z 25 Programy wspierające aktywność w sieci prosto i bezpiecznie - tworzenie treści i materiałów graficznych (ćwiczenia praktyczne przy pomocy Canvy)	Roksana Słowińska	23-05-2026	16:00	16:45	00:45
12 z 25 Podsumowanie pierwszego dnia szkolenia - pytania i odpowiedzi	MAREK KOPIEC	23-05-2026	16:45	17:00	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 25 Bezpieczna skrzynka - jak chronić pocztę i prywatność online?	MAREK KOPIEC	24-05-2026	09:00	09:45	00:45
14 z 25 Jak chronić pocztę elektroniczną i prywatność online? - ćwiczenia praktyczne	MAREK KOPIEC	24-05-2026	09:45	10:45	01:00
15 z 25 Przerwa	MAREK KOPIEC	24-05-2026	10:45	11:00	00:15
16 z 25 Od RODO do codzienności - praktyczna ochrona danych osobowych w życiu zawodowym i prywatnym	MAREK KOPIEC	24-05-2026	11:00	12:00	01:00
17 z 25 Ochrona danych osobowych w życiu prywatnym i zawodowym - ćwiczenia praktyczne	MAREK KOPIEC	24-05-2026	12:00	12:30	00:30
18 z 25 Przerwa	MAREK KOPIEC	24-05-2026	12:30	12:45	00:15
19 z 25 Bankowość bez ryzyka - jak chronić swoje finanse w świecie online?	MAREK KOPIEC	24-05-2026	12:45	13:30	00:45
20 z 25 Jak bezpiecznie kupować w sieci? - ćwiczenia praktyczne	MAREK KOPIEC	24-05-2026	13:30	14:00	00:30
21 z 25 Przerwa	MAREK KOPIEC	24-05-2026	14:00	14:30	00:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
22 z 25 Technologia cyfrowa pod kontrolą - jak chronić urządzenia w domu i w pracy?	MAREK KOPIEC	24-05-2026	14:30	15:00	00:30
23 z 25 Metody promowania bezpieczeństwa w sieci - interesująco i efektywnie	MAREK KOPIEC	24-05-2026	15:00	15:45	00:45
24 z 25 Egzamin	-	24-05-2026	15:45	16:45	01:00
25 z 25 Podsumowanie szkolenia i wręczenie certyfikatów przez Organizatora	MAREK KOPIEC	24-05-2026	16:45	17:00	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 800,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 800,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	300,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	300,00 PLN
W tym koszt walidacji brutto	369,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	369,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	369,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

MAREK KOPIEC

Marek Kopic - pedagog, mgr Wydziału Nauk Społecznych Uniwersytetu Jana Długosza w Częstochowie, w swojej działalności naukowej skupia się na problemach społecznych współczesnego świata, szczególnie związanych z nowymi technologiami jak i cyberbezpieczeństwem. Jest współorganizatorem ogólnopolskiej konferencji naukowej „Pedagogiczne i Techniczne Aspekty Cyberbezpieczeństwa”. Brał udział w wielu ogólnopolskich i międzynarodowych konferencjach naukowych np. „Techniczne Aspekty Przestępczości Teleinformatycznej”, „Przestępczość Teleinformatyczna XXI”, „Safe E-commerce Conference (SEC)”. Swoje działania kieruje także na profilaktykę związaną z podnoszeniem świadomości w korzystaniu z nowych technologii.

W latach 2003 – 2023 pełnił służbę w Policji, w tym od roku 2008 w Wydziale d/w z Przestępczością Gospodarczą Komendy Miejskiej Policji w Częstochowie, gdzie głównie zajmował się zwalczaniem przestępczości komputerowej. W latach 2015 - 2023 pełnił funkcję Koordynatora ds. Cyberprzestępczości z ramienia KMP w Częstochowie.

Jest członkiem Laboratorium badań nad bezpieczeństwem w cyberprzestrzeni i dezinformacją – jednostki badawczej powołanej w Katedrze Nauk o Bezpieczeństwie Wydziału Nauk Społecznych Uniwersytetu Jana Długosza w Częstochowie. Doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia szczegółowych danych dotyczących oferowanej usługi.



2 z 2

Roksana Słowińska

Trenerka umiejętności społecznych, ze szczególnym uwzględnieniem osób ze specjalnymi potrzebami. Posiada kwalifikacje opiekuna osób ze spektrum autyzmu. Pasjonatka wszelkich nowości cyfrowych, zwłaszcza tych, które wspierają tworzenie marki. Posiadając wiedzę i umiejętności pracy w programie Canva, realizuje m.in. zlecenia tworzenia contentu w mediach społecznościowych jednej z firm rekreacyjno-rozrywkowej na śląsku. Autorka warsztatów cyfrowych dla osób ze szczególnymi potrzebami, w których w dostępny i intuicyjny sposób uczy tworzenia grafik, materiałów wizualnych, a nawet krótkich filmów w oparciu o program online Canva. Podczas warsztatów organizowanych dla dorosłych (zwłaszcza nauczycieli) łączy kreatywność z praktyką, ucząc, jak tworzyć treści promocyjne i edukacyjne, które nie tylko świetnie wyglądają, ale również skutecznie docierają do odbiorców. Podczas warsztatów pokazuje jak uzyskać przewagę w sieci i wyróżnić się w gąszczu treści, przy dodatkowym wykorzystaniu ChatGPT – źródła pomysłów, tekstów i inspiracji. Certyfikowana Edukatorska Pozytywnej Dyscypliny w żłobku i przedszkolu. Doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia szczegółowych danych dotyczących oferowanej usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik szkolenia otrzyma materiały szkoleniowe w wersji papierowej (skrypt), w której znajdują się opracowane przez Organizatorów autorskie materiały teoretyczne i praktyczne. Uczestnik otrzyma również certyfikat ukończenia szkolenia i uzyskania kwalifikacji Animatora Cyberbezpieczeństwa.

Informacje dodatkowe

Zastosowano zwolnienie z podatku VAT dla Uczestników, których poziom dofinansowania wynosi co najmniej 70% (§ 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług (tekst jednolity ogłoszony Obwieszczeniem Ministra Finansów z dnia 14 czerwca 2025 r., Dz.U. 2025 poz. 832)

Uczestnicy szkolenia mają do dyspozycji przestronną i komfortową salę wykładową, warunki sprzyjają efektywnej pracy. Uczestnicy mają zapewniony dostęp do urządzeń mobilnych, laptopów, wybranych aplikacji oraz szybkiego Internetu.

Adres

ul. Wały gen. Józefa Dwernickiego 117/121/213

42-202 Częstochowa

woj. śląskie

Centrum Konferencyjno-Szkoleniowe w Częstochowie to miejsce spokojne, przyjazne uczestnikom spotkań biznesowych i szkoleniowych. Sale komfortowe, wyposażone we wszystkie elementy sprzyjające efektywnie i przyjaźnie przeprowadzanym szkoleniom. Na miejscu jest duży parking. Sala 213 mieści się na piętrze, na które wjeżdża się windą.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



MARTA NICIEJEWSKA

E-mail sedun@onet.eu

Telefon (+48) 691 051 396