



Ewelina Łuczyńska  
FLOW

★★★★★ 4,8 / 5

1 671 ocen

## PODSTAWY OBSŁUGI SOCIAL MEDIÓW. Szkolenie.

Numer usługi 2026/04/30/45536/3525909

- Usługa szkoleniowa
- zdalna w czasie rzeczywistym
- 10:00 h
- 18.08.2026 do 18.08.2026

1 107,00 PLN brutto  
900,00 PLN netto  
110,70 PLN brutto/h  
90,00 PLN netto/h  
279,73 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

|                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kategoria</b>                     | Informatyka i telekomunikacja / Obsługa komputera                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Identyfikatory projektów</b>      | Małopolski Pociąg do kariery                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Grupa docelowa usługi</b>         | <p>Usługa dedykowana dla:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- właścicieli firm chcących zdobyć wiedzę i umiejętności z zakresu podstaw obsługi social mediów,</li> <li>- pracowników działów marketingu i sprzedaży,</li> <li>- pracowników działów e-commerce,</li> <li>- pracowników agencji marketingowych oraz reklamowych,</li> <li>- wszystkich osób, chcących zwiększyć swoją wiedzę i umiejętności odnośnie podstaw obsługi social mediów,</li> <li>- uczestników projektu „Kierunek Rozwój” realizowanego przez WUP Toruń,</li> <li>- uczestników projektów: „Małopolski pociąg do kariery – sezon 1” oraz „Nowy start w Małopolsce z EURESem” realizowanych przez WUP Kraków,</li> </ul> |
| <b>Minimalna liczba uczestników</b>  | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Maksymalna liczba uczestników</b> | 8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Data zakończenia rekrutacji</b>   | 17-08-2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Forma prowadzenia usługi</b>      | zdalna w czasie rzeczywistym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Liczba godzin usługi</b>          | 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

# Cel

## Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do samodzielnej obsługi social mediów (Facebook, Instagram, Tik Tok, LinkedIn) na poziomie podstawowym.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

| Efekty uczenia się                                                                                               | Kryteria weryfikacji                                                                                     | Metoda walidacji                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| posługuje się wiedzą o najważniejszych funkcjonalnościach social mediów (Facebook, Instagram, Tik Tok, LinkedIn) | wskazuje główne różnice pomiędzy poszczególnymi social mediami (Facebook, Instagram, Tik Tok, LinkedIn), | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
|                                                                                                                  | określa do realizacji jakich celów sprawdzają się najlepiej poszczególne social media                    | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| zakłada konta na social mediach                                                                                  | określa w jaki sposób założyć profil na Facebooku, Instagramie, Tik Toku, LinkedIn                       | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
|                                                                                                                  | wskazuje jak skonfigurować wybrane ustawienia profili na Facebooku, Instagramie, Tik Toku, LinkedIn,     | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| ma świadomość jak bezpiecznie korzystać z social mediów                                                          | określa najważniejsze zasady bezpieczeństwa związane z korzystaniem z social mediów                      | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
|                                                                                                                  | wskazuje najczęstsze zagrożenia, które mogą spotkać użytkowników social mediów                           | 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 rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?**

TAK

## Program

1. Szkolenie dedykowane dla:

- właścicieli firm chcących zdobyć wiedzę i umiejętności z zakresu podstaw obsługi social mediów,
- pracowników działów marketingu i sprzedaży,
- pracowników działów e-commerce,
- pracowników agencji marketingowych oraz reklamowych,
- wszystkich osób, chcących zwiększyć swoją wiedzę i umiejętności odnośnie podstaw obsługi social mediów,
- uczestników projektu „Kierunek Rozwój” realizowanego przez WUP Toruń,
- uczestników projektów: „Małopolski pociąg do kariery – sezon 1” oraz „Nowy start w Małopolsce z EURESem” realizowanych przez WUP Kraków,

2. Warunki realizacji szkolenia: szkolenie realizowane zdalnie w czasie rzeczywistym na platformie zoom, samodzielne stanowiska komputerowe.

3. Szkolenie nie wymaga wstępnego przygotowania. Jeśli uczestnicy posiadają konta na social mediach i chcą wykonywać na nich ćwiczenia, proszeni są o posiadanie w trakcie szkolenia haseł dostępowych do swoich kont.

4. Godzina zajęć jest równoznaczna z godziną dydaktyczną tj. 45 min. Na jeden dzień szkoleniowy, który trwa 8 godzin zegarowych przewidziano 30 minut przerwy. Przerwa nie jest wliczona w czas trwania zajęć. W przypadku wystąpienia dodatkowych przerw czas trwania szkolenia zostanie wydłużony o czas dodatkowych przerw. W przypadku konieczności zrobienia wcześniejszej przerwy czas przerwy głównej zostanie skrócony o czas trwania wcześniejszej przerwy.

5. Walidacja wiedzy i umiejętności uczestników: test teoretyczny zamknięty on-line - pytania jednokrotnego wyboru z automatycznym generowaniem i udostępnianiem wyników.

### **Ramowy program usługi:**

**Moduł 1. FACEBOOK, INSTAGRAM, LINKEDIN, TIK TOK – CZYM SIĘ CHARAKTERYZUJĄ.**

**Moduł 2. PODSTAWY OBSŁUGI FACEBOOKA.**

- jak założyć konto na Facebooku,
- ustawienia profilu i zapraszanie znajomych,
- podstawowe funkcjonalności na Facebooku: obserwowanie stron, dołączanie do grup na Facebooku, tworzenie własnych grup na Facebooku, relacje, livy, Messenger, video połączenia.

**Moduł 3. PODSTAWY OBSŁUGI INSTAGRAMA.**

- jak założyć konto na Instagramie,
- ustawienia profilu i dodawanie obserwowanych,
- podstawowe funkcjonalności: wysyłanie wiadomości, jak dodawać podstawowe hasztagi, instastory, livy.

**Moduł 4. PODSTAWY OBSŁUGI TIK TOKA.**

- jak założyć konto na Tik Toku,
- podstawowe funkcjonalności Tik Toka.

#### Moduł 5. PODSTAWY OBSŁUGI LINKEDINA.

- jak założyć konta na LinkedIn (profil prywatny i firmowy),
- podstawowe funkcjonalności LinkedIn.

#### Moduł 6 JAK BEZPIECZNIE KORZYSTAĆ Z SOCIAL MEDIÓW.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 9

| Przedmiot / temat                                                                                                                | Prowadzący       | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 1 z 9 FACEBOOK, INSTAGRAM, LINKEDIN, TIK TOK – CZYM SIĘ CHARAKTERYZUJĄ. Rozmowa na żywo, chat, współdzielenie ekranu, ćwiczenia. | Sebastian Cebula | 18-08-2026            | 08:00               | 08:30               | 00:30         |
| 2 z 9 PODSTAWY OBSŁUGI FACEBOOKA. Rozmowa na żywo, chat, współdzielenie ekranu, ćwiczenia.                                       | Sebastian Cebula | 18-08-2026            | 08:30               | 11:30               | 03:00         |
| 3 z 9 PODSTAWY OBSŁUGI INSTAGRAMA. Rozmowa na żywo, chat, współdzielenie ekranu, ćwiczenia.                                      | Sebastian Cebula | 18-08-2026            | 11:30               | 12:00               | 00:30         |
| 4 z 9 Przerwa                                                                                                                    | Sebastian Cebula | 18-08-2026            | 12:00               | 12:30               | 00:30         |
| 5 z 9 PODSTAWY OBSŁUGI INSTAGRAMA. CD. Rozmowa na żywo, chat, współdzielenie ekranu, ćwiczenia.                                  | Sebastian Cebula | 18-08-2026            | 12:30               | 13:00               | 00:30         |

| Przedmiot / temat                                                                                                | Prowadzący       | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>6 z 9</b> PODSTAWY OBSŁUGI TIK TOKA. Rozmowa na żywo, chat, współdzielenie ekranu, ćwiczenia.                 | Sebastian Cebula | 18-08-2026            | 13:00               | 14:00               | 01:00         |
| <b>7 z 9</b> PODSTAWY OBSŁUGI LINKEDINA. Rozmowa na żywo, chat, współdzielenie ekranu, ćwiczenia.                | Sebastian Cebula | 18-08-2026            | 14:00               | 15:00               | 01:00         |
| <b>8 z 9</b> JAK BEZPIECZNIE KORZYSTAĆ Z SOCIAL MEDIÓW. Rozmowa na żywo, chat, współdzielenie ekranu, ćwiczenia. | Sebastian Cebula | 18-08-2026            | 15:00               | 15:50               | 00:50         |
| <b>9 z 9</b> Test walidujący online i udostępnienie wyników.                                                     | Sebastian Cebula | 18-08-2026            | 15:50               | 16:00               | 00:10         |

## Cennik

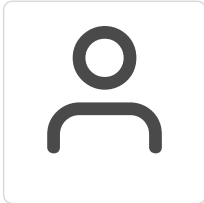
Jeżeli korzystasz z dofinansowania w wysokości co najmniej 70% przysługuje Tobie zwolnienie z podatku VAT

### 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   |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Sebastian Cebula

Trener zagadnień informatycznych i marketingu, właściciel firmy ITFOTO z branży IT, zajmującej się tworzeniem i obsługą stron internetowych, obsługą social mediów oraz fotografią. Posiada tytuł inżyniera uzyskany na kierunku Informatyka Stosowana. Prowadzi szkolenia z obsługi social mediów, pakietu Office (Word, Excel, PowerPoint), programów do pracy zdalnej, Canvy, ChatGPT oraz szkolenia z zakresu cyberbezpieczeństwa. Wiedzę zdobywał na licznych szkoleniach i kursach. W ciągu ostatnich 5 lat przepracował ponad 3500 godzin szkoleniowych, szkoląc ponad 600 uczestników. Prowadził szkolenia w projektach takich jak: "Małopolski e-Senior", "Bezpieczny e-Senior", "Akcja Cyfryzacja", "Cyfrowa Małopolska", "Latarnicy w Akcji". Jego pasją jest fotografia, muzyka oraz gra na fortepianie oraz na organach.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Prezentacje multimedialne, skrypty szkoleniowe.

### Warunki uczestnictwa

Udział w usłudze nie wymaga spełnienia żadnych dodatkowych warunków.

### Informacje dodatkowe

1. Firma szkoleniowa posiada podpisaną umowę z WUP Kraków na realizację projektów: „Małopolski pociąg do kariery – sezon 1” i „Nowy start w Małopolsce z EURESem”, a także z WUP Toruń na realizację projektu: „Kierunek-Rozwój”.
2. Po zakończonym szkoleniu uczestnik otrzymuje zaświadczenie o zakończeniu szkolenia.
3. Usługa szkoleniowa (nie dotyczy doradztwa) jest zwolniona z podatku VAT w przypadku, kiedy dofinansowanie wynosi co najmniej 70%.

## Warunki techniczne

Szkolenie realizowane za pomocą platformy zoom. Wymagania techniczne sprzętu: procesor 2-rdzeniowy 2 GHz; 2 GB pamięci RAM; system operacyjny Windows 8 lub nowszy, MAC OS wersja 10.13; przeglądarka internetowa Google Chrome, Mozilla Firefox lub Safari; stałe łącze internetowe o prędkości 1,5 Mbps. Link dostępowy przesyłany uczestnikom na minimum dwa dni przed rozpoczęciem szkolenia. Ważność linku obejmuje czas usługi.

# Kontakt



**MARTYNA WÓJSIK**

**E-mail** [martyna.wojsik@flow-szkolenia24.pl](mailto:martyna.wojsik@flow-szkolenia24.pl)

**Telefon** (+48) 512 093 957