

**SOCIAL MEDIA (Instagram i komunikacja)**

Numer usługi 2026/05/26/41749/3587504

1 000,00 PLN brutto

1 000,00 PLN netto

125,00 PLN brutto/h

125,00 PLN netto/h

250,00 PLN cena rynkowa ⓘ

Pośrednictwo
Biznesowe Maciej
Pyszka

★★★★★ 4,9 / 5

264 oceny

- 🗂 Usługa szkoleniowa
- 📺 zdalna w czasie rzeczywistym
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 08:00 h
- 📅 09.09.2026 do 09.09.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Marketing
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest do osób, które chcą rozwijać kompetencje w zakresie prowadzenia komunikacji w mediach społecznościowych, w szczególności na Instagramie. Adresatami są przedsiębiorcy, właściciele małych firm, freelancerzy, osoby prowadzące działalność usługową oraz pracownicy odpowiedzialni za marketing i komunikację w firmie. Szkolenie jest również przeznaczone dla osób początkujących, które chcą nauczyć się budowania marki osobistej lub firmowej w social media oraz skutecznego komunikowania się z odbiorcami online.
Minimalna liczba uczestników	12
Maksymalna liczba uczestników	20
Data zakończenia rekrutacji	08-09-2026
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Celem edukacyjnym szkolenia „Social Media (Instagram i komunikacja)” jest przygotowanie uczestników do samodzielnego i skutecznego prowadzenia komunikacji w mediach społecznościowych, w szczególności na Instagramie, poprzez rozwinięcie umiejętności tworzenia angażujących treści, budowania spójnego wizerunku marki

oraz wykorzystywania podstawowych narzędzi marketingu internetowego w celu zwiększenia zasięgów i efektywności działań promocyjnych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Celem edukacyjnym szkolenia „Social Media (Instagram i komunikacja)” jest przygotowanie uczestników do samodzielnego i skutecznego prowadzenia komunikacji w mediach społecznościowych, w szczególności na Instagramie, poprzez rozwinięcie umiejętności tworzenia angażujących treści, budowania spójnego wizerunku marki oraz wykorzystywania podstawowych narzędzi marketingu internetowego w celu zwiększenia zasięgów i efektywności działań promocyjnych.	przygotowuje posty i opisy dopasowane do grupy docelowej,	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stosuje podstawowe zasady budowania spójnego wizerunku w social media.	Wywiad swobodny
Uczestnik wykorzystuje podstawowe narzędzia Instagrama do budowania zasięgu i zaangażowania odbiorców.	dobiera odpowiednie formaty treści (post, relacja, reels),	Wywiad swobodny
	stosuje hashtagi i elementy zwiększające widoczność treści.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik planuje i organizuje komunikację w mediach społecznościowych.	opracowuje prosty harmonogram publikacji treści,	Obserwacja w warunkach symulowanych
	dostosowuje komunikaty do celów marketingowych.	Wywiad swobodny
Uczestnik prowadzi podstawową komunikację z odbiorcami w mediach społecznościowych zgodnie z zasadami etykiety online.	odpowiada na komentarze i wiadomości w sposób profesjonalny,	Wywiad swobodny
	stosuje zasady poprawnej i bezpiecznej komunikacji w internecie.	Wywiad swobodny

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 wyrażnie 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 wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

- wprowadzenie i analiza – 1h
- strategia i model treści – 1 h
- tworzenie komunikatów – 1 h
- formaty contentowe – 1h
- planowanie działań – 1h
- warsztat – 1,5h
- walidacja – 0,5h

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 8

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 8 wprowadzenie i analiza	Zajęcia	Sylwia Dąbrowska	09-09-2026	09:00	10:00	01:00
2 z 8 strategia i model treści	Zajęcia	Sylwia Dąbrowska	09-09-2026	10:00	11:00	01:00
3 z 8 tworzenie komunikatów	Zajęcia	Sylwia Dąbrowska	09-09-2026	11:00	12:00	01:00
4 z 8 -	Przerwa	-	09-09-2026	12:00	13:00	01:00
5 z 8 formaty contentowe	Zajęcia	Sylwia Dąbrowska	09-09-2026	13:00	14:00	01:00
6 z 8 planowanie działań	Zajęcia	Sylwia Dąbrowska	09-09-2026	14:00	15:00	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 8 warsztat	Zajęcia	Sylwia Dąbrowska	09-09-2026	15:00	16:30	01:30
8 z 8 -	Walidacja	-	09-09-2026	16:30	17:00	00:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	08:00
w tym suma godzin zajęć	06:30
w tym suma godzin walidacji	00:30
w tym suma przerw	01:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	09:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 000,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	125,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	125,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	08:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Sylwia Dąbrowska

Sylwia Dąbrowska od ponad 9 lat pomaga ekspertom, twórcom i markom osobistym przełamywać blokadę przed kamerą oraz tworzyć video, które buduje rozpoznawalność i wspiera sprzedaż. Specjalizuje się w video marketingu, wystąpieniach przed kamerą i strategicznym wykorzystaniu contentu w social mediach. Na Instagramie zgromadziła społeczność ponad 110 000 obserwujących, a przez jej kursy i szkolenia przeszły tysiące osób budujących dziś silne marki online dzięki video.

Ze sceną związana jest od lat — jest instruktorką teatralną, pedagożką dramy, socjoterapeutką oraz absolwentką Akademii Praktyk Teatralnych w Ośrodku Praktyk Teatralnych „Gardzienice”.

Doświadczenie sceniczne przełożyła na autorską metodę pracy przed kamerą, łącząc naturalność, swobodę ekspresji i skuteczną komunikację.

Uczy, jak tworzyć autentyczny content video, który nie tylko dobrze wygląda, ale przede wszystkim działa biznesowo. Znana jest z konkretnego podejścia, praktycznych strategii i procesów możliwych do wdrożenia bez wypalenia. Ma na koncie tysiące nagranych video, setki live'ów i webinarów oraz liczne wystąpienia branżowe. Występowała m.in. na konferencjach I Love Marketing i Influencers Live Wrocław, a także prowadzi szkolenia dla firm i marek z zakresu komunikacji video oraz wystąpień przed kamerą.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały dodatkowe zapewnia realizator:

- case study
- prezentacja
- interaktywne ćwiczenia

Uczestnik otrzyma materiały w dniu szkolenia.

Warunki uczestnictwa

Zapis na usługę z wykorzystaniem odpowiedniego ID wsparcia.

Warunkiem uzyskania zaświadczenia i certyfikatu jest uczestnictwo w 100% szkolenia. Warunkiem niezbędnym do spełnienia przez uczestników, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie głównego celu jest aktywność oraz obecność na szkoleniu.

Informacje dodatkowe

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub Partnera Operatora w danym projekcie PSF lub w którymkolwiek Regionalnym Programie lub FERS albo przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub

osobowo. Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot będący jednocześnie podmiotem korzystającym z usług rozwojowych o z

Usługa rozwojowa nie obejmuje wzajemnego świadczenia usług w projekcie o zbliżonej tematyce przez Dostawców usług, którzy delegują

trwałych przekazywanych Przedsiębiorcom lub Pracownikom przedsiębiorcy, kosztów dojazdu.

Warunki techniczne

Rodzaj komunikatora, za pośrednictwem którego prowadzona będzie usługa rozwojowa: Usługa szkoleniowa realizowana będzie zdalnie

Minimalne wymagania sprzętowe, jakie musi spełniać komputer Uczestnika lub inne urządzenie do zdalnej komunikacji: Komputer(PC lubli

- szerokopasmowe przewodowe lub bezprzewodowe (3G lub 4G /LTE)- Głośniki i mikrofon - wbudowany lub wtyk

USB lub bezprzewodowy Bluetooth - Kamera internetowa lub kamera internetowa HD -wbudowana lub wtyczka USB lub kamera HD lub

kamera HD z kartą przechwytywania wideo - Dwurdzeniowy procesor 2 GHz lub szybszy (zalecany 4- rdzeniowy) (i3 / i5 / i7 lub odpowiednik AMD) - 2GB pamięci RAM (zalecane 4GB) - System operacyjny Windows 8 (zalecany Windows 10), Mac OS wersja

10.13 (zalecana najnowsza wersja) – dla PC lub laptopa

Minimalne wymagania dotyczące parametrów łącza sieciowego, jakim musi dysponować Uczestnik: - Stałe łącze

internetowe o prędkości 1,5 Mbps (zalecane 2,5 Mbps z obrazem w jakości HD - 800 kbps / 1.0 Mbps (góra / dół) dla wysokiej jakości wideo

- W przypadku widoku galerii / lub video HD 720p: 1,5 / 1,5 (góra / dół) - Odbieranie wideo HD 1080p wymaga 2,5 (w górę / w dół) -

Przesyłanie wideo HD 1080p wymaga 3,0 (w górę / w dół) - Tylko do udostępniania ekranu (brak miniatury wideo): 50-75 -

Do udostępniania ekranu z miniaturą wideo: 50-150 - W przypadku audio VoIP: 60-80 - W przypadku telefonu Zoom: 60-100

Niezbędne oprogramowanie umożliwiające Uczestnikom dostęp do prezentowanych treści i materiałów: -

Przeglądarka internetowa: Google Chrome, Firefox, lub Safari (zaktualizowane do najnowszej wersji) - Bezpłatna aplikacja „TEAMS” -

Programy z możliwością odczytywania dokumentów „pdf”, „.doc”, „.xlsx”, „.xls”, „.pptx”, „.

Podstawą do rozliczenia usługi, jest wygenerowanie z systemu raportu, umożliwiającego identyfikację wszystkich uczestników oraz zastosowanego narzędzia

Kontakt



Barbara Sowa-Pyszka

E-mail projekty@posrednictwobiznesowe.pl

Telefon (+48) 600 484 049