



AI w pracy biurowej – fundamenty (8h): przeгляд narzędzi, promptowanie i bezpieczeństwo danych

Numer usługi 2026/06/25/199788/3649408

1 353,00 PLN brutto
1 100,00 PLN netto
169,13 PLN brutto/h
137,50 PLN netto/h
279,73 PLN cena rynkowa ⓘ

EXPERT-SALES

SPÓŁKA Z

OGRANICZONĄ

ODPOWIEDZIALNOŚĆ

CIĄ

★★★★★ 5,0 / 5

8 ocen

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 zdalna w czasie rzeczywistym

👥 Zajęcia grupowe

🕒 08:00 h

📅 16.09.2026 do 16.09.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Informatyka i telekomunikacja / Obsługa komputera

Grupa docelowa usługi

Usługa szkoleniowa jest skierowana do osób wykonujących pracę biurową, administracyjną, organizacyjną lub analityczną, które chcą praktycznie i bezpiecznie wykorzystywać narzędzia sztucznej inteligencji w codziennych zadaniach zawodowych.

W szczególności szkolenie adresowane jest do pracowników administracyjnych i biurowych, specjalistów ds. marketingu, sprzedaży, HR, obsługi klienta, finansów, księgowości i controllingu, a także do asystentów zarządu, koordynatorów projektów, kierowników zespołów, osób samozatrudnionych oraz mikroprzedsiębiorców wykonujących pracę umysłową.

Uczestnikami szkolenia mogą być osoby, które na co dzień pracują z mailami, dokumentami, prezentacjami, raportami, danymi lub informacjami firmowymi i chcą zwiększyć efektywność swojej pracy przy użyciu narzędzi AI, takich jak ChatGPT, Gemini, Claude, NotebookLM, Perplexity, Gamma czy Canva.

Minimalna liczba uczestników

3

Maksymalna liczba uczestników

25

Data zakończenia rekrutacji

11-09-2026

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 szkolenia jest nabycie przez uczestnika praktycznych umiejętności wykorzystania narzędzi sztucznej inteligencji (m.in. ChatGPT, Gemini, Claude, NotebookLM, Perplexity, Gamma, Canva) w codziennej pracy biurowej – w sposób bezpieczny, zgodny z RODO oraz realnie zwiększający efektywność pracy. Po ukończeniu szkolenia uczestnik potrafi samodzielnie zastosować poznane techniki promptowania oraz narzędzia AI w swoim obszarze pracy, a także przygotować indywidualny plan wdrożenia AI na najbliższe

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<ul style="list-style-type: none">- zna najważniejsze narzędzia AI generatywnego dostępne na rynku w 2026 roku (darmowe i płatne) oraz ich obszary zastosowań- rozumie różnice między głównymi modelami językowymi (ChatGPT/GPT, Gemini, Claude, Copilot) i potrafi dobrać narzędzie do zadania- zna strukturę skutecznego promptu oraz kluczowe techniki promptowania- wie, jakie kategorie danych można, a jakich nie wolno przekazywać publicznym narzędziom AI- zna zasady RODO w kontekście pracy z narzędziami AI oraz typowe ryzyka (halucynacje, wyciek danych, stroniczość modelu)	<p>Test końcowy elektroniczny (quiz online): 10 pytań zamkniętych jednokrotnego wyboru, zakres – wszystkie 4 moduły, próg zaliczenia 60% (6 z 10), wynik</p>	Test teoretyczny
<ul style="list-style-type: none">- konstruuje skuteczny prompt wg frameworku Rola + Kontekst + Zadanie + Format- stosuje techniki promptowania: few-shot, chain-of-thought, iteracyjne doskonalenie- analizuje dokumenty, maile i pliki tekstowe za pomocą AI- buduje prostą bazę wiedzy w NotebookLM i zadaje jej pytania z cytowaniem źródeł- wykorzystuje AI do tworzenia prezentacji (Gamma) i grafik (Canva) oraz prowadzi research z weryfikowalnymi źródłami (Perplexity, Gemini)- przygotowuje indywidualny plan wdrożenia AI na 30 dni	<p>Test końcowy elektroniczny (quiz online): 10 pytań zamkniętych jednokrotnego wyboru, zakres – wszystkie 4 moduły, próg zaliczenia 60% (6 z 10), wynik</p>	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<ul style="list-style-type: none"> - krytycznie ocenia wyniki generowane przez AI i weryfikuje fakty przed ich wykorzystaniem - stosuje w praktyce zasady bezpieczeństwa informacji i ochrony danych osobowych - podejmuje samodzielne decyzje o doborze narzędzia AI do sytuacji zawodowej 	<p>Test końcowy elektroniczny (quiz online): 10 pytań zamkniętych jednokrotnego wyboru, zakres – wszystkie 4 moduły, próg zaliczenia 60% (6 z 10), wynik</p>	<p>Test teoretyczny</p>

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 rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Program

Usługa jest realizowana w godzinach zegarowych; przerwa obiadowa (60 min) nie jest wliczana do czasu zajęć. Łączny czas zajęć wraz z walidacją wynosi 8h zegarowych. Ok. 70% czasu to praktyka na własnych zadaniach uczestnika.

Moduł 1. Fundamenty AI i bezpieczeństwo pracy z danymi

- czym jest generatywna AI i jak działają modele językowe (bez szczegółów technicznych)
- przegląd rynku 2026: ChatGPT, Gemini, Claude, Copilot, Perplexity – co do czego; wersje darmowe vs płatne; konta firmowe/enterprise a ochrona danych
- możliwości i ograniczenia modeli: halucynacje, data odcięcia, stronniczość
- RODO a publiczne narzędzia AI; klasyfikacja danych (publiczne / wewnętrzne / poufne / wrażliwe) – macierz decyzyjna
- czego nigdy nie wklejać; anonimizacja danych; checklista „zanim wkleisz → sprawdź”

Moduł 2. Promptowanie – praktyczny framework

- struktura skutecznego promptu: Rola + Kontekst + Zadanie + Format + Ograniczenia
- prompt słaby vs dobry; few-shot, chain-of-thought, iteracyjne doskonalenie
- budowa własnej biblioteki promptów; Custom GPT / Claude Projects / Gemini Gems (wprowadzenie)

Moduł 3. Praca z dokumentami i firmowa baza wiedzy

- analiza dokumentów (umowy, raporty, maile, protokoły); streszczanie długich materiałów
- NotebookLM – wprowadzenie i budowa prostej bazy wiedzy z cytowaniami źródeł

Moduł 4. Research, prezentacje i plan wdrożenia

- Perplexity i Gemini – research z cytowaniami; weryfikacja faktów
- Gamma i Canva – prezentacje i grafiki z promptu lub dokumentu (tier darmowy)
- indywidualny plan wdrożenia AI na 30 dni

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 7

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 7 M1. Fundamenty AI i bezpieczeństwa w pracy z danymi	Zajęcia	PRZEMYSŁA W NOWAK	16-09-2026	08:30	10:30	02:00
2 z 7 M2. Promptowanie – praktyczny framework	Zajęcia	PRZEMYSŁA W NOWAK	16-09-2026	10:30	12:00	01:30
3 z 7 -	Przerwa	-	16-09-2026	12:00	12:30	00:30
4 z 7 M3. Praca z dokumentami i firmowa baza wiedzy	Zajęcia	PRZEMYSŁA W NOWAK	16-09-2026	12:30	14:00	01:30
5 z 7 M4. Research, prezentacje i plan wdrożenia	Zajęcia	PRZEMYSŁA W NOWAK	16-09-2026	14:00	15:30	01:30
6 z 7 -	Przerwa	-	16-09-2026	15:30	16:00	00:30
7 z 7 -	Walidacja	-	16-09-2026	16:00	16:30	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

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania z zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2024 r. o podatku od towarów i usług, jeśli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 353,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 100,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	169,13 PLN
Koszt osobogodziny netto	137,50 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	08:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

PRZEMYSŁAW NOWAK

Wykształcenie VIII PRK (Szkoła Doktorska PWr), Kurs Dydaktyczny Szkoły Wyższej. Uprawnienia budowlane do projektowania bez ograniczeń (37/DSOKK/2023), członek DSOIA RP (DS-2268) od 2023 r. Wiceprezes zarządu Pomeblo sp. z o.o.

Od 2019 r. prowadzenie zajęć akademickich (wykłady, warsztaty, laboratoria, projekty, PL/EN) na kierunkach informatycznych, architektonicznych i zarządczych: projektowanie cyfrowe, Testowanie Web, UX/UI, grafika 3D, przestrzeń wirtualna, projektowanie uniwersalne, przedsiębiorczość i zarządzanie innowacjami.

Praktyka w IT.: aplikacje webowe i narzędzia projektowe (JS/TS, React, Three.js, Python, Ruby), konfiguratorzy 3D, generatywna AI i LLM, prompt engineering, automatyzacja z AI (Claude Code, MCP, workflow wieloagentowe), własne SaaS.

Dorobek: publikacje (Builder, WTE&TE), autorski patent PAT244000, współautorstwo PAT242735 i trzech zgłoszeń, kierownik NCN PRELUDIUM, współautor OPUS, wykonawca projektu B+R z PARP (POIR 2014–2020). Współpraca z Fab Foundation Poland i Fab Academy (MIT).

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy szkolenia otrzymają komplet materiałów dydaktycznych w formie elektronicznej, wspierających zarówno udział w zajęciach, jak i późniejsze samodzielne wykorzystanie zdobytej wiedzy w pracy zawodowej.

Materiały obejmują prezentację szkoleniową podsumowującą treści realizowane w ramach czterech modułów, bibliotekę ponad 20 gotowych szablonów promptów do zastosowania w pracy biurowej, checklistę bezpieczeństwa i RODO „Zanim wkleisz do AI”, a także macierz decyzyjną ułatwiającą dobór właściwego narzędzia AI do konkretnego zadania.

Dodatkowo uczestnicy otrzymają szablon indywidualnego planu wdrożenia AI na 30, 60 i 90 dni oraz listę rekomendowanych narzędzi sztucznej inteligencji, obejmującą rozwiązania darmowe i płatne. Po pozytywnym zaliczeniu walidacji uczestnik otrzyma imienny certyfikat ukończenia szkolenia.

Warunki techniczne

Szkolenie realizowane jest w formule zdalnej w czasie rzeczywistym, z wykorzystaniem platformy komunikacyjnej takiej jak Zoom, Microsoft Teams lub Google Meet. Uczestnik powinien posiadać komputer stacjonarny lub laptop z systemem Windows, macOS albo Linux, wyposażony w sprawną kamerę, mikrofon oraz głośniki lub słuchawki.

Do udziału w szkoleniu wymagane jest stabilne połączenie z Internetem o minimalnej przepustowości 10 Mbps pobierania i 5 Mbps wysyłania, a także aktualna wersja przeglądarki internetowej, np. Google Chrome, Microsoft Edge, Mozilla Firefox lub Safari.

Uczestnik powinien posiadać podstawową umiejętność obsługi komputera, przeglądarki internetowej oraz pakietu biurowego, np. Microsoft 365 lub Google Workspace. Na potrzeby ćwiczeń praktycznych wymagane jest konto Google umożliwiające korzystanie z narzędzi Gemini i NotebookLM oraz konto OpenAI do pracy z ChatGPT. Opcjonalnie uczestnik może posiadać konto Anthropic do korzystania z Claude.

Link do szkolenia oraz materiały organizacyjne zostaną przekazane uczestnikom najpóźniej 2 dni robocze przed rozpoczęciem zajęć. Potwierdzenie obecności następuje poprzez dołączenie do sesji online oraz aktywny udział w szkoleniu, w tym korzystanie z kamery zgodnie z zasadami organizacyjnymi.

Podczas pracy z rzeczywistymi przykładami i dokumentami uczestnik zobowiązany jest do anonimizacji danych osobowych, poufnych i wrażliwych. Wszelkie działania z wykorzystaniem narzędzi AI powinny być prowadzone zgodnie z zasadami bezpieczeństwa informacji oraz ochrony danych omawianymi podczas szkolenia.

Kontakt



KRZYSZTOF LISZKA

E-mail liszka.k@gmail.com

Telefon (+48) 509 308 253