

Możliwość dofinansowania

Szkolenie – Adaptacja zawodowa i społeczna w Polsce z wykorzystaniem sztucznej inteligencji (AI) – kompetencje międzykulturowe i cyfrowe dla cudzoziemców

Numer usługi 2026/07/02/193293/3666332



KOLIADA SPÓŁKA Z OGRANICZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ



6 148,77 PLN

brutto

4 999,00 PLN

netto

192,15 PLN

brutto/h

156,22 PLN

netto/h

181,67 PLN

cena rynkowa

Usługa szkoleniowa

zdalna w czasie rzeczywistym

Zajęcia grupowe

32:00 h

20.09.2026 do 11.10.2026

Informacje podstawowe

- Kategoria
Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi
- Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób dorosłych będących cudzoziemcami, które planują rozpocząć lub rozpoczęły pracę i życie w Polsce oraz chcą rozwinąć kompetencje niezbędne do sprawnego funkcjonowania w polskim środowisku zawodowym i społecznym.

Usługa adresowana jest w szczególności do:

- osób podejmujących zatrudnienie u polskich pracodawców,
- pracowników delegowanych do pracy w Polsce,
- osób korzystających z usług agencji zatrudnienia,
- cudzoziemców planujących długoterminowy pobyt w Polsce,
- osób chcących usprawnić komunikację, organizację codziennych spraw oraz wykorzystanie narzędzi sztucznej inteligencji (AI) w pracy i życiu codziennym.
- Minimalna liczba uczestników
6
- Maksymalna liczba uczestników
15
- Data zakończenia rekrutacji
19-09-2026
- 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

Szkolenie przygotowuje uczestników do sprawnego funkcjonowania w polskim środowisku zawodowym i społecznym poprzez rozwój kompetencji międzykulturowych, komunikacyjnych oraz praktycznych umiejętności wykorzystywania narzędzi sztucznej inteligencji (AI) do organizacji pracy, komunikacji, realizacji spraw administracyjnych i codziennego funkcjonowania w Polsce.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się, kryteria weryfikacji i metody walidacji.		
Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Stosuje zasady funkcjonowania w polskim środowisku pracy zgodnie z obowiązującymi normami społecznymi i organizacyjnymi	rozdźnia podstawowe elementy polskiej kultury organizacyjnej	Test teoretyczny
	identyfikuje zasady komunikacji z przełożonymi i współpracownikami,	Test teoretyczny
	dobiera właściwe zachowania w typowych sytuacjach zawodowych	Test teoretyczny
	wskazuje sposoby budowania prawidłowych relacji w miejscu pracy	Test teoretyczny
Prowadzi komunikację z uwzględnieniem różnic międzykulturowych oraz stosuje sposoby rozwiązywania problemów pojawiających się w środowisku pracy i życiu codziennym.	dobiera sposób komunikacji odpowiednio do sytuacji	Obserwacja w warunkach symulowanych
	formułuje komunikaty dotyczące potrzeb i problemów	Obserwacja w warunkach symulowanych
	rozdźnia sytuacje wymagające zgłoszenia przełożonemu lub działowi HR	Obserwacja w warunkach symulowanych
	proponuje rozwiązania konfliktów wynikających z różnic kulturowych	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykorzystuje narzędzia sztucznej inteligencji (AI) do realizacji zadań związanych z pracą i codziennym funkcjonowaniem w Polsce	konfiguruje wybrane narzędzie AI	Obserwacja w warunkach symulowanych
	formułuje skuteczne prompty umożliwiające uzyskanie oczekiwanych informacji	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykorzystuje AI do tłumaczenia informacji oraz przygotowania prostych dokumentów	Obserwacja w warunkach symulowanych
	organizuje zadania z wykorzystaniem funkcji dostępnych w narzędziach AI	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykorzystuje narzędzia AI do wspierania samodzielności w realizacji spraw administracyjnych oraz planowania codziennego funkcjonowania w Polsce	przygotowuje z wykorzystaniem AI plan realizacji wybranej sprawy urzędowej	Obserwacja w warunkach symulowanych
	analizuje dokument lub pismo z wykorzystaniem narzędzi AI	Obserwacja w warunkach symulowanych
	opracowuje plan przygotowania do wizyty lekarskiej z wykorzystaniem AI	Obserwacja w warunkach symulowanych
	planuje wybrane aktywności związane z funkcjonowaniem w Polsce przy wsparciu sztucznej inteligencji	Obserwacja w warunkach symulowanych

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

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestników do sprawnego funkcjonowania w polskim środowisku zawodowym i społecznym poprzez rozwój kompetencji międzykulturowych, komunikacyjnych oraz praktycznych umiejętności wykorzystywania narzędzi sztucznej inteligencji (AI) do organizacji pracy, komunikacji, realizacji spraw administracyjnych i codziennego funkcjonowania w Polsce.

Szkolenie realizowane jest w formie zdalnej w czasie rzeczywistym i ma charakter warsztatowy. Program obejmuje 32 godzinny zegarowy zajęć, podczas których uczestnicy zdobywają wiedzę oraz rozwijają praktyczne umiejętności poprzez analizę przypadków, ćwiczenia indywidualne i grupowe, symulacje sytuacji zawodowych oraz pracę z narzędziami sztucznej inteligencji.

Szkolenie prowadzone jest z wykorzystaniem platformy umożliwiającej dwustronną komunikację audio i wideo, udostępnianie materiałów dydaktycznych oraz realizację ćwiczeń praktycznych. Każdy uczestnik pracuje na własnym komputerze lub urządzeniu mobilnym z dostępem do Internetu. W trakcie zajęć wykorzystywane są prezentacje multimedialne, materiały szkoleniowe, przykładowe dokumenty, scenariusze sytuacyjne oraz ogólnodostępne narzędzia AI.

Program obejmuje część poświęconą adaptacji zawodowej i społecznej w Polsce oraz część dotyczącą praktycznego wykorzystania sztucznej inteligencji w codziennym funkcjonowaniu i pracy. Każdy moduł kończy się ćwiczeniami umożliwiającymi praktyczne zastosowanie omawianych zagadnień. Ostatnim elementem usługi jest walidacja efektów uczenia się. Walidacja efektów uczenia się zostanie przeprowadzona po zakończeniu szkolenia i będzie oddzielona od procesu dydaktycznego.

Uczestnicy biorą udział w zajęciach w czasie rzeczywistym, mają możliwość zadawania pytań, wykonywania ćwiczeń praktycznych oraz konsultowania zadań z trenerem.

Zajęcia prowadzone są metodami interaktywnymi i aktywizującymi, w szczególności poprzez:

- warsztaty praktyczne,
- ćwiczenia indywidualne,
- analizę przypadków,
- pracę projektową,
- symulacje,
- konsultacje z trenerem,
- prezentację wypracowanych rozwiązań.

Program usługi został opracowany w sposób umożliwiający stopniowe rozwijanie kompetencji cyfrowych – od podstaw skutecznej komunikacji z AI, przez analizę danych i automatyzację procesów, aż po projektowanie własnych asystentów wspierających wybrane obszary działalności zawodowej.

Uczestnik powinien posiadać:

- komputer lub laptop z dostępem do Internetu,
- sprawny mikrofon oraz kamerę,
- możliwość pracy przy komputerze podczas zajęć,
- podstawowe umiejętności obsługi komputera i Internetu.

Uczestnicy otrzymają materiały szkoleniowe w formie elektronicznej, checklisty oraz materiały wspierające.

Zajęcia realizowane są z wykorzystaniem metod i narzędzi umożliwiających aktywną interakcję uczestników z trenerem i pomiędzy uczestnikami, w szczególności:

- transmisji audio-video w czasie rzeczywistym,
- udostępniania ekranu,
- czatu,
- pracy na współdzielonych dokumentach,
- konsultacji na żywo,
- warsztatów praktycznych online.

Walidacja efektów uczenia się zostanie przeprowadzona po zakończeniu usługi i obejmie część teoretyczną oraz praktyczną.

Frekwencja uczestników monitorowana będzie na podstawie raportów logowań generowanych z platformy szkoleniowej oraz bieżącej aktywności uczestników podczas zajęć.

Uczestnik zobowiązany jest do obecności na minimum 80% czasu trwania usługi.

Organizator zapewnia wsparcie techniczne związane z obsługą platformy szkoleniowej przed rozpoczęciem oraz w trakcie realizacji usługi.

Szkolenie skierowane jest do osób dorosłych będących cudzoziemcami, które planują rozpocząć lub rozpoczęły pracę i życie w Polsce oraz chcą rozwinąć kompetencje niezbędne do sprawnego funkcjonowania w polskim środowisku zawodowym i społecznym.

Usługa adresowana jest w szczególności do:

- osób podejmujących zatrudnienie u polskich pracodawców,
- pracowników delegowanych do pracy w Polsce,
- osób korzystających z usług agencji zatrudnienia,
- cudzoziemców planujących długoterminowy pobyt w Polsce,
- osób chcących usprawnić komunikację, organizację codziennych spraw oraz wykorzystanie narzędzi sztucznej inteligencji (AI) w pracy i życiu codziennym.

Program szkolenia

Dzień 1 (8 godzin)

Moduł I. Wprowadzenie do funkcjonowania w polskim środowisku pracy

Zakres tematyczny

- cele szkolenia i zasady współpracy
- specyfika polskiego rynku pracy
- kultura organizacyjna polskich przedsiębiorstw
- wartości cenione przez polskich pracodawców
- pierwsze dni pracy w nowym miejscu

Ćwiczenia praktyczne

- analiza doświadczeń uczestników
- identyfikacja różnic kulturowych
- dyskusja moderowana

Moduł II. Relacje zawodowe i komunikacja w miejscu pracy

Zakres tematyczny

- zasady komunikacji z przełożonymi
- współpraca z zespołem
- kultura osobista i etykieta zawodowa
- hierarchia organizacyjna
- inicjatywa i odpowiedzialność pracownika

Ćwiczenia praktyczne

- odgrywanie scenek sytuacyjnych
- ćwiczenia komunikacyjne
- analiza przykładów dobrych praktyk

Moduł III. Organizacja pracy i obowiązki pracownika

Zakres tematyczny

- punktualność
- organizacja czasu pracy
- zgłaszanie nieobecności
- odpowiedzialność za wykonywane zadania
- współpraca w zespole

Ćwiczenia praktyczne

- rozwiązywanie studiów przypadków
- analiza sytuacji problemowych

Dzień 2 (8 godzin)

Moduł IV. Komunikacja międzykulturowa

Zakres tematyczny

- style komunikacji
- różnice kulturowe
- budowanie relacji zawodowych
- przekazywanie informacji
- przyjmowanie informacji zwrotnej

Ćwiczenia praktyczne

- ćwiczenia komunikacyjne
- analiza sytuacji konfliktowych
- praca w grupach

Moduł V. Rozwiązywanie problemów w miejscu pracy

Zakres tematyczny

- zgłaszanie trudności
- współpraca z przełożonym
- współpraca z działem HR
- rozwiązywanie konfliktów
- radzenie sobie ze stresem

Ćwiczenia praktyczne

- symulacje rozmów
- analiza przypadków
- odgrywanie ról

Moduł VI. Funkcjonowanie w życiu codziennym w Polsce

Zakres tematyczny

- podstawowe procedury administracyjne
- korzystanie z usług publicznych
- opieka zdrowotna
- normy społeczne
- bezpieczeństwo i obowiązki mieszkańców

Ćwiczenia praktyczne

- analiza przykładowych sytuacji życiowych
- rozwiązywanie praktycznych problemów uczestników

Dzień 3 (8 godzin)

Moduł VII. Wprowadzenie do narzędzi sztucznej inteligencji

Zakres tematyczny

- czym jest sztuczna inteligencja
- możliwości wykorzystania AI
- zasady bezpiecznego korzystania
- dostępne narzędzia AI
- konfiguracja środowiska pracy

Ćwiczenia praktyczne

- konfiguracja narzędzi AI
- pierwsze interakcje z asystentem AI
- ćwiczenia indywidualne

Moduł VIII. Efektywna komunikacja z AI

Zakres tematyczny

- zasady tworzenia skutecznych promptów
- uzyskiwanie precyzyjnych odpowiedzi
- poprawianie jakości zapytań
- tłumaczenia z wykorzystaniem AI
- organizacja informacji

Ćwiczenia praktyczne

- tworzenie promptów
- analiza uzyskanych odpowiedzi
- doskonalenie zapytań

Moduł IX. AI jako wsparcie codziennych obowiązków

Zakres tematyczny

- organizacja dnia
- planowanie zadań
- przygotowywanie wiadomości
- wyszukiwanie informacji
- tworzenie prostych dokumentów

Ćwiczenia praktyczne

- realizacja indywidualnych zadań
- rozwiązywanie problemów z wykorzystaniem AI

Dzień 4 (8 godzin)

Moduł X. AI w sprawach administracyjnych

Zakres tematyczny

- analiza dokumentów
- przygotowanie do wizyt w urzędach
- tworzenie pism
- przygotowanie dokumentów
- planowanie procedur administracyjnych

Ćwiczenia praktyczne

- analiza rzeczywistych dokumentów
- przygotowanie przykładowych pism

Moduł XI. AI w codziennym funkcjonowaniu i integracji społecznej

Zakres tematyczny

- przygotowanie do wizyt lekarskich
- planowanie czasu wolnego
- korzystanie z transportu publicznego
- wyszukiwanie usług
- poznawanie polskich zwyczajów

Ćwiczenia praktyczne

- planowanie wybranych aktywności
- wykorzystanie AI do rozwiązywania codziennych problemów

Moduł XII. Warsztat podsumowujący

Zakres tematyczny

- kompleksowe wykorzystanie zdobytych kompetencji
- samodzielne rozwiązywanie scenariuszy zawodowych i społecznych
- omówienie dobrych praktyk

- podsumowanie szkolenia

Ćwiczenia praktyczne

- wykonanie kompleksowego zadania obejmującego adaptację zawodową i społeczną z wykorzystaniem AI
- prezentacja opracowanych rozwiązań
- omówienie rezultatów

Walidacja efektów uczenia się

Walidacja przeprowadzana po zakończeniu części szkoleniowej przez osobę nieuczestniczącą w procesie kształcenia.

Zakres walidacji:

- test wiedzy,
- obserwacja w warunkach symulowanych

Łączna liczba godzin usługi: 32 godziny zegarowe

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 21

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 21 Moduł I. Wprowadzenie do funkcjonowania w polskim środowisku pracy	Zajęcia	Agata Pawłowska	20-09-2026	08:00	10:30	02:30
2 z 21 -	Przerwa	-	20-09-2026	10:30	10:40	00:10
3 z 21 Moduł II. Relacje zawodowe i komunikacja w miejscu pracy	Zajęcia	Agata Pawłowska	20-09-2026	10:40	13:10	02:30
4 z 21 -	Przerwa	-	20-09-2026	13:10	14:00	00:50
5 z 21 Moduł III. Organizacja pracy i obowiązki pracownika	Zajęcia	Agata Pawłowska	20-09-2026	14:00	16:00	02:00
6 z 21 Moduł IV. Komunikacja międzykulturowa	Zajęcia	Agata Pawłowska	27-09-2026	08:00	10:10	02:10
7 z 21 -	Przerwa	-	27-09-2026	10:10	10:30	00:20
8 z 21 Moduł V. Rozwiązywanie problemów w miejscu pracy	Zajęcia	Agata Pawłowska	27-09-2026	10:30	13:00	02:30
9 z 21 -	Przerwa	-	27-09-2026	13:00	13:40	00:40
10 z 21 Moduł VI. Funkcjonowanie w życiu codziennym w Polsce	Zajęcia	Agata Pawłowska	27-09-2026	13:40	16:00	02:20
11 z 21 Moduł VII. Wprowadzenie do narzędzi sztucznej inteligencji	Zajęcia	Łukasz Litwin	04-10-2026	08:00	10:10	02:10
12 z 21 -	Przerwa	-	04-10-2026	10:10	10:30	00:20
13 z 21 Moduł VIII. Efektywna komunikacja z AI	Zajęcia	Łukasz Litwin	04-10-2026	10:30	13:00	02:30
14 z 21 -	Przerwa	-	04-10-2026	13:00	13:40	00:40
15 z 21 Moduł IX. AI jako wsparcie codziennych obowiązków	Zajęcia	Łukasz Litwin	04-10-2026	13:40	16:00	02:20
16 z 21 Moduł X. AI w sprawach administracyjnych	Zajęcia	Łukasz Litwin	11-10-2026	08:00	10:00	02:00
17 z 21 -	Przerwa	-	11-10-2026	10:00	10:10	00:10
18 z 21 Moduł XI. AI w codziennym funkcjonowaniu i integracji społecznej	Zajęcia	Łukasz Litwin	11-10-2026	10:10	12:10	02:00
19 z 21 -	Przerwa	-	11-10-2026	12:10	13:00	00:50

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
20 z 21 Moduł XII. Warsztat podsumowujący	Zajęcia	Łukasz Litwin	11-10-2026	13:00	15:00	02:00
21 z 21 -	Walidacja	-	11-10-2026	15:00	16:00	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	32:00
Rodzaj godzin	Liczba godzin
w tym suma godzin zajęć	27:00
Rodzaj godzin	Liczba godzin
w tym suma godzin walidacji	01:00
Rodzaj godzin	Liczba godzin
w tym suma przerw	04:00
Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	37:15

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 za 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
6 148,77 PLN
- Koszt przypadający na 1 uczestnika netto
4 999,00 PLN
- Koszt osobogodziny brutto
192,15 PLN
- Koszt osobogodziny netto
156,22 PLN

Liczba godzin usługi

- Rodzaj godzin
Liczba godzin
- Liczba godzin zegarowych usługi
32:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2
1 z 2

Łukasz Litwin

Doświadczenie branżowe

Ekspert w zakresie wykorzystania sztucznej inteligencji (AI), kompetencji cyfrowych oraz projektowania i realizacji programów szkoleniowych dla osób dorosłych. W ciągu ostatnich 5 lat prowadził szkolenia dotyczące praktycznego wykorzystania narzędzi AI w komunikacji, organizacji pracy, analizie informacji oraz automatyzacji codziennych zadań. Specjalizuje się we wdrażaniu

rozwiązań wspierających rozwój kompetencji cyfrowych i efektywne wykorzystanie nowoczesnych technologii w środowisku pracy.

Doświadczenie w zakresie szkoleń i weryfikacji umiejętności

Od ponad 15 lat prowadzi szkolenia i warsztaty rozwijające kompetencje zawodowe i cyfrowe. Projektuje programy szkoleniowe oparte na ćwiczeniach praktycznych i studiach przypadków oraz posiada doświadczenie w opracowywaniu narzędzi służących ocenie osiągnięcia efektów uczenia się i weryfikacji nabytych kompetencji.

2 z 2

Agata Pawłowska

Doświadczenie branżowe

Trener biznesu, coach oraz konsultant z ponad 20-letnim doświadczeniem w realizacji projektów rozwojowych dla przedsiębiorstw i instytucji. Absolwentka stosunków międzynarodowych i socjologii oraz studiów podyplomowych z zakresu negocjacji i mediacji. W ciągu ostatnich 5 lat prowadziła szkolenia z zakresu komunikacji interpersonalnej, współpracy zespołowej, inteligencji emocjonalnej, zarządzania zmianą, budowania relacji oraz rozwoju kompetencji społecznych i menedżerskich.

Doświadczenie w zakresie szkoleń i weryfikacji umiejętności

Od ponad 20 lat prowadzi szkolenia, warsztaty, webinary oraz procesy coachingowe dla pracowników, menedżerów i zespołów. Specjalizuje się w rozwijaniu kompetencji komunikacyjnych, budowaniu efektywnej współpracy, adaptacji do zmian oraz funkcjonowaniu w zróżnicowanych środowiskach pracy. Projektuje programy szkoleniowe oparte na praktycznych ćwiczeniach, analizie przypadków i symulacjach oraz posiada doświadczenie w ocenie osiągnięcia efektów uczenia się uczestników.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymają materiały szkoleniowe w formie elektronicznej, przykładowe szablony, checklisty oraz materiały wspierające

Warunki techniczne

Minimalne wymagania sprzętowe dla platformy Zoom zależą od typu urządzenia i systemu operacyjnego. Oto podstawowe wymagania

sprzętowe dla Zooma:

Komputery (Windows, macOS, Linux)

Procesor:

Windows: Procesor dwurdzeniowy 1 GHz lub wyższy (i3/i5/i7 lub równoważny AMD).

macOS: Procesor Intel (wymagany Core i5 lub wyższy).

Linux: Procesor dwurdzeniowy 1 GHz lub wyższy.

Pamięć RAM:

Minimum 4 GB RAM.

Kamera:

Kamera internetowa o rozdzielczości 720p (HD) lub wyższa.

Mikrofon i głośniki:

Wbudowane lub zewnętrzne mikrofon i głośniki, lub zestaw słuchawkowy.

System operacyjny:

Windows 7, 8, 8.1, 10.

macOS X z macOS 10.9 lub nowszy.

Linux: Obsługiwane dystrybucje to Ubuntu, Mint, Red Hat, Oracle, CentOS, Fedora, OpenSUSE i Arch.

Przeglądarka:

Najnowsze wersje przeglądarek Chrome, Firefox, Safari, Edge.

Urządzenia mobilne (iOS i Android)

iOS: Urządzenia iPhone, iPad, iPod touch z iOS 8.0 lub nowszym.

Android:

Urządzenia z systemem Android 5.0 (Lollipop) lub nowszym.

Szerokość pasma

Do podstawowej jakości wideo: 600 kbps (upload/download).

Do HD wideo (720p): 1,2 Mbps (upload/download).

Do Full HD wideo (1080p): 3,8 Mbps (upload) / 3,0 Mbps (download).

Warto również pamiętać, że Zoom automatycznie dostosowuje jakość wideo na podstawie dostępnego łącza internetowego.

Kontakt



PRZEMYSŁAW IWANEK

E-mail
przemyslaw.iwanek@mytangram.pl
Telefon
(+48) 609 212 155