

 Możliwość dofinansowania

Szkolenie: Kompetencje przyszłości – rozwój zielonych i cyfrowych kompetencji wspierających aktywność osób dorosłych i seniorów na rynku pracy oraz w życiu społecznym (kwalifikacje)

Numer usługi 2026/07/21/201147/3700607



CENTRUM INNOWACYJNYCH ROZWIĄZAŃ SPÓŁKA Z OGRANICZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ



4 452,60 PLN

brutto

3 620,00 PLN

netto

278,29 PLN

brutto/h

226,25 PLN

netto/h

183,33 PLN

cena rynkowa

Gliwice
Usługa szkoleniowa
stacjonarna
Zajęcia grupowe
16:00 h
07.10.2026 do 08.10.2026

Informacje podstawowe

- Kategoria
Informatyka i telekomunikacja / Aplikacje biznesowe
 - Grupa docelowa usługi
- Usługa skierowana jest do osób dorosłych i seniorów, którzy chcą rozwijać kompetencje niezbędne do funkcjonowania we współczesnym środowisku zawodowym i społecznym. Szkolenie przeznaczone jest dla osób zainteresowanych podnoszeniem kompetencji cyfrowych i zielonych, zwiększeniem swojej aktywności w świecie cyfrowym, świadomym wykorzystywaniem nowych technologii oraz wdrażaniem rozwiązań wspierających zrównoważony rozwój i transformację ekologiczną.
- Minimalna liczba uczestników
5
 - Maksymalna liczba uczestników
20
 - Data zakończenia rekrutacji
25-09-2026
 - Forma prowadzenia usługi
stacjonarna
 - 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

Usługa przygotowuje do samodzielnego i bezpiecznego wykorzystywania nowoczesnych technologii cyfrowych oraz e-usług publicznych w życiu codziennym, społecznym i zawodowym. Uczestnicy zdobywają praktyczne umiejętności korzystania z usług administracji publicznej i ochrony zdrowia świadczonych drogą elektroniczną (mObywatel, IKP, PUE ZUS), komunikacji cyfrowej, mediów społecznościowych oraz narzędzi AI wspierających codzienne funkcjonowanie.

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	
Wyjaśnia znaczenie kompetencji cyfrowych i zielonych we współczesnym społeczeństwie.	Definiuje kompetencje cyfrowe i zielone, wskazuje minimum 3 korzyści wynikające z ich stosowania oraz omawia ich wpływ na jakość życia i rynek pracy.	Test teoretyczny	
Korzysta z usług administracji publicznej online	Loguje się do wybranej usługi elektronicznej, wyszukuje odpowiednią funkcję oraz wykonuje wskazane zadanie.	Analiza dowodów i deklaracji	
Korzysta z Internetowego Konta Pacjenta oraz aplikacji mObywatel.	Wyszukuje receptę, skierowanie lub dokument elektroniczny oraz wskazuje możliwości wykorzystania aplikacji.	Analiza dowodów i deklaracji	
Wykorzystuje komunikację elektroniczną w życiu codziennym.	Tworzy wiadomość e-mail, przesyła załącznik oraz korzysta z podstawowych funkcji komunikatorów internetowych.	Analiza dowodów i deklaracji	
Korzysta z mediów społecznościowych w sposób świadomy i bezpieczny.	Zakłada profil lub dokonuje konfiguracji ustawień prywatności oraz rozpoznaje zagrożenia wynikające z korzystania z portali społecznościowych.	Analiza dowodów i deklaracji	
Wykorzystuje narzędzia sztucznej inteligencji do wykonywania codziennych zadań.	Formułuje poprawne polecenie dla AI oraz wykorzystuje odpowiedź do rozwiązania wskazanego problemu.	Analiza dowodów i deklaracji	
Stosuje zasady cyberbezpieczeństwa oraz ochrony danych osobowych.	Rozpoznaje przykłady oszustw internetowych, wskazuje bezpieczne sposoby postępowania oraz chroni dane osobowe.	Test teoretyczny	
Wykorzystuje technologie cyfrowe zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju.	Wskazuje rozwiązania ograniczające zużycie papieru, energii i czasu dzięki wykorzystaniu usług elektronicznych oraz uzasadnia ich wpływ na środowisko.	Test teoretyczny	

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?
TAK
Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://my-ps.eu/>
Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://my-ps.eu/>

Informacje

- Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację
Fundacja My Personality Skills
- Nazwa Podmiotu certyfikującego
Fundacja My Personality Skills

Program

DZIEŃ I

Moduł I-09:00–10:30

Kompetencje przyszłości – dlaczego warto rozwijać kompetencje cyfrowe i zielone?

Zakres:

- transformacja cyfrowa społeczeństwa
- kompetencje przyszłości
- zielone kompetencje w codziennym życiu
- korzyści wynikające z korzystania z e-usług
- ograniczanie zużycia papieru i energii dzięki rozwiązaniom cyfrowym

Moduł II

mObywatel – Twój urząd w telefonie-10:30–12:00

Zakres:

- zakładanie aplikacji
- logowanie
- dokumenty elektroniczne
- podpis zaufany
- bezpieczne korzystanie z aplikacji
- Ćwiczenia praktyczne.

PRZERWA-12:00–13:00

Moduł III

Internetowe Konto Pacjenta-13:00–15:00

Zakres:

- logowanie
- e-Recepta
- e-Skierowanie
- historia leczenia
- praktyczne ćwiczenia

Moduł IV

PUE ZUS-15:00–17:00

Zakres:

- zakładanie konta
- profil ubezpieczonego
- emerytury
- świadczenia
- korespondencja elektroniczna
- ćwiczenia praktyczne

DZIEŃ II

Moduł V

Bezpieczny Internet-09:00–10:30

Zakres:

- phishing
- fałszywe SMS
- oszustwa "na wnuczka"
- bezpieczne hasła
- ochrona danych osobowych

Moduł VI

Facebook i Instagram-10:30–12:00

Zakres:

- zakładanie kont
- ustawienia prywatności
- kontakt z rodziną
- wydarzenia

- grupy lokalne
- bezpieczeństwo

PRZERWA-12:00–13:00

Moduł VII

Sztuczna inteligencja dla każdego-13:00–14:30

- ChatGPT
- tworzenie wiadomości
- pisma urzędowe
- planowanie wyjazdów
- tłumaczenia
- wyszukiwanie informacji
- planowanie zakupów
- oszczędzanie czasu

Ćwiczenia praktyczne.

Moduł VIII

Zielone kompetencje w praktyce-14:30–15:30

Zakres:

- elektroniczny obieg dokumentów
- ograniczanie zużycia papieru
- e-usługi zamiast wizyt w urzędach
- planowanie podróży z wykorzystaniem aplikacji
- świadome korzystanie z technologii
- dobre praktyki cyfrowe

Moduł IX

Podsumowanie szkolenia-15:30–16:00

- omówienie dobrych praktyk
- powtórzenie materiału
- konsultacje
- przygotowanie do walidacji

Moduł X

Walidacja-16:00–17:00

Zakres:

- - test sprawdzający wiedzę,
 - analiza opracowanych podczas szkolenia materiałów,
 - ocena osiągnięcia efektów uczenia się,
 - omówienie wyników procesu walidacji.

Uczestnik uzyskuje Kwalifikacje: Specjalista ds. komunikacji cyfrowej z elementami zrównoważonego rozwoju

Proces walidacji uczestników:

Walidacja efektów uczenia się przeprowadzana jest po zakończeniu części szkoleniowej. Proces oceny odbywa się w sposób obiektywny i niezależny – osobą walidującą nie jest trener prowadzący zajęcia.

Walidacja obejmuje:

- test teoretyczny
- analiza dowodów i deklaracji

Celem walidacji jest potwierdzenie nabycia kwalifikacji zgodnych z zakresem szkolenia.

Wynik przeprowadzonej walidacji jest ogłaszany od razu po zakończeniu szkolenia.

Czas oczekiwania na wydanie certyfikatu wynosi 14 dni roboczych od dnia zakończenia usługi szkoleniowej i przekazania dokumentacji walidacyjnej do podmiotu certyfikującego.

Warunki organizacyjne:

Każdy uczestnik będzie miał zapewnione samodzielne stanowisko komputerowe z dostępem do Internetu oraz oprogramowaniem niezbędnym do realizacji ćwiczeń praktycznych. Organizator zapewnia materiały szkoleniowe w formie elektronicznej oraz pomoce dydaktyczne wykorzystywane podczas zajęć.

Powiązanie usługi z Regionalną Strategią Innowacji Województwa Śląskiego 2030 oraz Programem Rozwoju Technologii Województwa Śląskiego na lata 2019–2030

Tematyka szkolenia odpowiada kierunkom rozwoju określonym w **Programie Rozwoju Technologii Województwa Śląskiego na lata 2019–2030** oraz **Regionalnej Strategii Innowacji Województwa Śląskiego 2030**. Program wspiera rozwój kompetencji umożliwiających efektywne funkcjonowanie w warunkach transformacji energetycznej, środowiskowej i cyfrowej oraz przygotowuje uczestników do świadomego wykorzystywania nowoczesnych technologii w życiu zawodowym i społecznym.

Realizacja usługi sprzyja podnoszeniu kompetencji odpowiadających potrzebom nowoczesnej gospodarki, wspiera rozwój inteligentnych specjalizacji regionu oraz zwiększa gotowość uczestników do funkcjonowania w gospodarce opartej na innowacjach, efektywnym wykorzystaniu zasobów i rozwiązaniach niskoemisyjnych.

Powiązanie z Programem Rozwoju Technologii Województwa Śląskiego

Program szkolenia wpisuje się w kluczowe obszary technologiczne wskazane w Programie Rozwoju Technologii Województwa Śląskiego na lata 2019–2030.

Program wpisuje się w następujące obszary PRT:

PRT 4.2

Cyfrowe przetwarzanie danych

Uczestnicy rozwijają kompetencje związane z korzystaniem z e-usług administracji publicznej, aplikacji mobilnych, platform cyfrowych oraz elektronicznego obiegu informacji.

PRT 4.5.1

Technologie ochrony prywatności

Szkolenie rozwija umiejętności bezpiecznego korzystania z Internetu, ochrony danych osobowych, świadomego zarządzania prywatnością oraz stosowania zasad cyberbezpieczeństwa.

PRT 4.5.3

Bezpieczeństwo informacji

Program obejmuje rozpoznawanie zagrożeń cyfrowych, przeciwdziałanie cyberprzestępczości oraz stosowanie zasad bezpiecznej komunikacji elektronicznej.

PRT 4.7

AI i automatyzacja procesów

Uczestnicy poznają praktyczne zastosowanie narzędzi sztucznej inteligencji wspierających wykonywanie codziennych obowiązków, komunikację, wyszukiwanie informacji oraz planowanie działań.

PRT 3.1

Efektywność energetyczna

Szkolenie promuje rozwiązania ograniczające zużycie energii poprzez wykorzystanie usług elektronicznych oraz pracy z dokumentacją cyfrową.

PRT 3.3

Gospodarka odpadami

Program rozwija postawy ograniczające wykorzystanie papieru poprzez stosowanie elektronicznego obiegu dokumentów.

Powiązanie z Regionalną Strategią Innowacji Województwa Śląskiego 2030

Usługa wspiera realizację celów RSI poprzez:

- rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców,
- zwiększenie poziomu kompetencji przyszłości,
- wspieranie procesu transformacji cyfrowej,
- rozwój umiejętności korzystania z nowoczesnych technologii,
- zwiększenie aktywności społecznej osób dorosłych i seniorów,
- przeciwdziałanie wykluczeniu cyfrowemu,
- rozwój kompetencji wspierających uczenie się przez całe życie.

Zdobyte podczas szkolenia zielone i cyfrowe kompetencje zwiększają potencjał uczestników do podejmowania działań odpowiadających potrzebom nowoczesnej gospodarki oraz wspierają rozwój kadr zgodnie z kierunkami transformacji określonymi w dokumentach strategicznych województwa śląskiego.

Organizator zapewnia:

- dostęp do Internetu,
- dostęp do platform wykorzystywanych podczas szkolenia,
- materiały szkoleniowe w wersji elektronicznej,
- prezentacje multimedialne,

- ćwiczenia praktyczne,
- konsultacje z trenerem,
- stanowiska umożliwiające samodzielną realizację ćwiczeń.

Zajęcia prowadzone są metodą warsztatową z przewagą ćwiczeń praktycznych.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 12

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 12 Moduł I. Kompetencje przyszłości	Zajęcia	Monika Wądrzyk	07-10-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 12 Moduł II. mObywatel	Zajęcia	Monika Wądrzyk	07-10-2026	10:30	12:00	01:30
3 z 12 -	Przerwa	-	07-10-2026	12:00	13:00	01:00
4 z 12 Moduł III. Internetowe Konto Pacjenta	Zajęcia	Monika Wądrzyk	07-10-2026	13:00	15:00	02:00
5 z 12 Moduł IV : PUE ZUS	Zajęcia	Monika Wądrzyk	07-10-2026	15:00	17:00	02:00
6 z 12 Moduł IV. Bezpieczny Internet	Zajęcia	Monika Wądrzyk	08-10-2026	09:00	10:30	01:30
7 z 12 Moduł V. Facebook i Instagram	Zajęcia	Monika Wądrzyk	08-10-2026	10:30	12:00	01:30
8 z 12 -	Przerwa	-	08-10-2026	12:00	13:00	01:00
9 z 12 Moduł VI. AI dla każdego	Zajęcia	Monika Wądrzyk	08-10-2026	13:00	14:30	01:30
10 z 12 Moduł VII. Zielone kompetencje	Zajęcia	Monika Wądrzyk	08-10-2026	14:30	15:30	01:00
11 z 12 Podsumowanie szkolenia i prezentacja rezultatów pracy	Zajęcia	Monika Wądrzyk	08-10-2026	15:30	16:00	00:30
12 z 12 -	Walidacja	-	08-10-2026	16:00	17:00	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00
Rodzaj godzin	Liczba godzin
w tym suma godzin zajęć	13:00
Rodzaj godzin	Liczba godzin
w tym suma godzin walidacji	01:00
Rodzaj godzin	Liczba godzin
w tym suma przerw	02:00
Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:30

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
4 452,60 PLN
- Koszt przypadający na 1 uczestnika netto
3 620,00 PLN
- Koszt osobogodziny brutto
278,29 PLN
- Koszt osobogodziny netto
226,25 PLN
- W tym koszt walidacji brutto
744,15 PLN
- W tym koszt walidacji netto
605,00 PLN
- W tym koszt certyfikowania brutto
547,35 PLN
- W tym koszt certyfikowania netto
445,00 PLN

Liczba godzin usługi

- Rodzaj godzin
Liczba godzin
- Liczba godzin zegarowych usługi
16:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1
1 z 1

Monika Wądrzyk

Trenerka i specjalistka ds. szkoleń z doświadczeniem w projektowaniu i realizacji szkoleń. Posiada wieloletnie doświadczenie w organizacji i prowadzeniu szkoleń stacjonarnych oraz online, a także w zarządzaniu platformami e-learningowymi (m.in. Schoox, Campus AI). W pracy szkoleniowej łączy wiedzę z zakresu edukacji dorosłych, komunikacji oraz nowych technologii, wspierając uczestników szkoleń w efektywnym wdrażaniu narzędzi cyfrowych i automatyzacji codziennych procesów.

Współpracowała z przedsiębiorcami oraz zespołami sprzedaży, odpowiadając za projektowanie ścieżek rozwojowych, wdrożenia onboardingowe oraz koordynację projektów edukacyjnych na poziomie regionalnym i ogólnopolskim.

W 2026 roku ukończyła dodatkowe szkolenia z zakresu AI od podstaw, GOZ w praktyce, cyberbezpieczeństwa w firmie oraz śladu węglowego w organizacji. Doświadczenie zdobyte niewcześnie niż 5 lat.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje skrypt szkoleniowy w wersji elektronicznej.

Warunki uczestnictwa

- Warunkiem ukończenia usługi jest uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć oraz przystąpienie do procesu walidacji. Warunkiem uzyskania certyfikatu potwierdzającego nabycie kwalifikacji jest pozytywny wynik walidacji przeprowadzonej przez niezależny podmiot walidujący.
- Karta usługi rozwojowej została przygotowana zgodnie z obowiązującym Regulaminem Bazy Usług Rozwojowych
- przed dokonaniem zapisu na usługę należy skontaktować się z usługodawcą celem weryfikacji dostępności miejsca,

Uczestnik przyjmuje do wiadomości, że usługa może podlegać monitoringowi, kontroli lub dokumentowaniu zgodnie z zasadami realizacji projektów dofinansowanych ze środków publicznych. Ewentualne utrwalanie wizerunku odbywa się wyłącznie w zakresie niezbędnym do realizacji, monitoringu, kontroli lub potwierdzenia efektów uczenia się, zgodnie z obowiązującymi przepisami.

Informacje dodatkowe

Usługa zwolniona z VAT na podstawie §3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz. U. z 2025 r. poz. 832)

Zapisując się na usługę wyrażasz zgodę na rejestrowanie/nagrywanie swojego wizerunku na potrzeby monitoringu oraz kontroli.

Adres

ul. Jagiellońska 21
44-100 Gliwice
woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt

Żaneta Łaba

E-mail
wsparcie@centrum-innowacji.pl
Telefon
(+48) 517 283 451