



Centrum  
Szkoleniowe

Progres Jagóra i  
Nordyński Spółka  
Jawna

★★★★★ 4,5 / 5

1 199 ocen

## AI i cyberbezpieczeństwo – bezpieczne wykorzystanie technologii w organizacji - 20 godzin (20x60minut) - zdalnie w czasie rzeczywistym \*

Numer usługi 2026/07/28/11855/3714576

- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📄 zdalna w czasie rzeczywistym
- 👤 Zajęcia indywidualne
- 🕒 20:00 h
- 📅 31.08.2026 do 23.09.2026

5 904,00 PLN brutto  
4 800,00 PLN netto  
295,20 PLN brutto/h  
240,00 PLN netto/h  
261,33 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Informatyka i telekomunikacja / Bezpieczeństwo IT

Usługa skierowana jest do osób dorosłych wykorzystujących lub planujących wykorzystywać narzędzia AI w pracy. Przeznaczona jest dla pracowników administracji, kadry kierowniczej, HR, marketingu, sprzedaży, obsługi klienta oraz osób odpowiedzialnych za ochronę danych, bezpieczeństwo informacji i cyberbezpieczeństwo. Wymagana jest jedynie podstawowa obsługa komputera i Internetu.

**UWAGA:** Usługa adresowana jest między innymi dla Uczestników Projektów:

### Grupa docelowa usługi

- Małopolski Pociąg do Kariery - sezon 1 (WUP Kraków)
- Nowy start w Małopolsce z EURESem (WUP Kraków)
- NetBon 2 (WUP Kraków)
- Kierunek - Rozwój (WUP Toruń)
- Zawodowa Reaktywacja (Bełchatowsko-Kleszczowski Park Przemysłowo-Technologiczny)
- ABONament na rozwój - Instytut Nauk Społeczno-Ekonomicznych
- Łódzkie Bony Rozwojowe - Fundacja Inicjatyw Regionalnych
- Usługa rozwojowa adresowana również dla Uczestników projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe

### Minimalna liczba uczestników

1

### Maksymalna liczba uczestników

1

### Data zakończenia rekrutacji

28-08-2026

### Forma prowadzenia usługi

zdalna w czasie rzeczywistym

# Cel

## Cel edukacyjny

Celem usługi jest przygotowanie uczestników do świadomego, bezpiecznego i zgodnego z przepisami wykorzystywania narzędzi sztucznej inteligencji w pracy. Po ukończeniu szkolenia uczestnicy będą potrafili wykorzystywać AI do usprawniania procesów zawodowych, tworzyć skuteczne polecenia (prompty), identyfikować zagrożenia cyberbezpieczeństwa oraz stosować zasady ochrony danych osobowych i bezpieczeństwa informacji.

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

| Efekty uczenia się                                                                                                                                                                                                                                  | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                                                                                                                               | Metoda walidacji                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| <p>Uczestnik charakteryzuje możliwości i ograniczenia narzędzi sztucznej inteligencji oraz wyjaśnia podstawowe zagadnienia związane z cyberbezpieczeństwem, ochroną danych osobowych, AI Act i odpowiedzialnym wykorzystaniem AI w organizacji.</p> | <p>-rozróżnia podstawowe rodzaje narzędzi AI i wskazuje przykłady ich zastosowania,</p> <p>-omawia najważniejsze zagrożenia związane z wykorzystaniem AI w środowisku pracy,</p> <p>wyjaśnia podstawowe -obowiązki wynikające z przepisów dotyczących ochrony danych osobowych i AI Act.</p>       | <p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p> |
| <p>Uczestnik wykorzystuje narzędzia sztucznej inteligencji do realizacji zadań zawodowych z zachowaniem zasad bezpieczeństwa informacji i ochrony danych.</p>                                                                                       | <p>-przygotowuje poprawnie sformułowany prompt dostosowany do określonego zadania,</p> <p>-ocenia wiarygodność odpowiedzi wygenerowanych przez AI oraz wskazuje sposoby ich weryfikacji,</p> <p>-identyfikuje potencjalne zagrożenia związane z wykorzystaniem AI podczas wykonywania zadania.</p> | <p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p> |
| <p>Uczestnik stosuje zasady odpowiedzialnego i bezpiecznego korzystania z narzędzi sztucznej inteligencji oraz podejmuje działania wspierające bezpieczeństwo cyfrowe organizacji.</p>                                                              | <p>-wskazuje właściwy sposób postępowania w sytuacji podejrzenia incydentu bezpieczeństwa,</p> <p>-uzasadnia konieczność stosowania zasad ochrony danych oraz bezpieczeństwa informacji podczas korzystania z AI.</p>                                                                              | <p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</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

# MODUŁ I. Wykorzystanie sztucznej inteligencji w środowisku pracy biurowej – podstawy, zastosowania i bezpieczeństwo

### **Charakterystyka rozwiązań opartych na sztucznej inteligencji**

Przegląd dostępnych technologii AI, w tym modeli językowych (LLM), oraz omówienie ich zastosowania w realizacji zadań administracyjnych, organizacyjnych i biurowych.

### **Identyfikacja ryzyk związanych z wdrażaniem AI**

Analiza zagrożeń wynikających z wykorzystania narzędzi sztucznej inteligencji w organizacji, ze szczególnym uwzględnieniem bezpieczeństwa informacji, poufności danych oraz odpowiedzialnego korzystania z technologii.

### **Projektowanie skutecznych poleceń dla systemów AI**

Zasady formułowania zapytań umożliwiających uzyskanie precyzyjnych i użytecznych odpowiedzi. Omówienie metod zwiększających jakość generowanych rezultatów oraz praktyczne zastosowanie technik tworzenia promptów.

### **Bezpieczeństwo dostępu do narzędzi AI**

Dobre praktyki w zakresie ochrony kont użytkowników, zarządzania uprawnieniami oraz stosowania mechanizmów uwierzytelniania wieloskładnikowego w środowisku pracy.

# MODUŁ II. Uwarunkowania prawne i ochrona danych podczas korzystania z narzędzi AI

### **Regulacje dotyczące wykorzystania sztucznej inteligencji**

Omówienie obowiązujących i planowanych przepisów regulujących stosowanie AI, w tym podstawowych założeń AI Act oraz ich znaczenia dla organizacji.

### **Ochrona danych osobowych**

Zasady zgodnego z RODO przetwarzania danych z wykorzystaniem narzędzi AI, w tym ograniczanie zakresu danych, ocena ryzyka oraz bezpieczne praktyki ich przetwarzania.

### **Przygotowanie danych do wykorzystania przez systemy AI**

Praktyczne metody anonimizacji i pseudonimizacji danych oraz ich znaczenie dla zachowania poufności informacji przetwarzanych w środowisku cyfrowym.

#### **Prawa autorskie i odpowiedzialność za treści generowane przez AI**

Omówienie zagadnień związanych z własnością intelektualną, licencjonowaniem rozwiązań AI oraz zasadami korzystania z materiałów tworzonych przy wsparciu sztucznej inteligencji.

## **MODUŁ III. Cyberbezpieczeństwo i zagrożenia wykorzystujące sztuczną inteligencję**

#### **Nowoczesne metody socjotechniczne**

Charakterystyka współczesnych zagrożeń wykorzystujących AI, w tym phishingu nowej generacji, oraz sposobów ich rozpoznawania.

#### **Fałszywe materiały audio i wideo (Deepfake)**

Mechanizmy powstawania materiałów typu deepfake, ich wpływ na bezpieczeństwo organizacji oraz metody weryfikacji autentyczności informacji i tożsamości.

#### **Bezpieczna współpraca z systemami AI**

Omówienie prób manipulowania modelami sztucznej inteligencji oraz sposobów ograniczania ryzyka uzyskania nieprawidłowych lub zmanipulowanych wyników.

#### **Analiza przykładów naruszeń bezpieczeństwa**

Przegląd rzeczywistych przypadków wykorzystania AI w cyberatakach oraz identyfikacja dobrych praktyk ograniczających ryzyko wystąpienia podobnych incydentów.

## **MODUŁ IV. Wykorzystanie AI do analizy informacji i automatyzacji procesów**

#### **Ocena wiarygodności informacji generowanych przez AI**

Metody weryfikowania poprawności odpowiedzi uzyskiwanych z systemów AI oraz wykorzystanie wiarygodnych źródeł do potwierdzania informacji.

#### **Bezpieczna analiza danych z wykorzystaniem AI**

Wykorzystanie narzędzi sztucznej inteligencji do przygotowywania analiz, zestawień i raportów przy zachowaniu zasad bezpieczeństwa informacji.

#### **Automatyzacja procesów administracyjnych**

Możliwości wykorzystania AI do usprawniania powtarzalnych czynności oraz wspierania realizacji procesów biurowych z zachowaniem wymogów bezpieczeństwa.

#### **Ocena narzędzi wspierających pracę z AI**

Kryteria wyboru bezpiecznych aplikacji, rozszerzeń i usług wspomagających pracę użytkownika oraz identyfikacja potencjalnych zagrożeń wynikających z ich stosowania.

## **MODUŁ V. Organizacja bezpiecznej pracy z AI i weryfikacja kompetencji**

#### **Postępowanie w przypadku incydentów bezpieczeństwa**

Omówienie zasad reagowania na zdarzenia związane z naruszeniem bezpieczeństwa danych lub niewłaściwym wykorzystaniem narzędzi AI.

Budowanie kultury cyberbezpieczeństwa w organizacji

Rola pracowników w ograniczaniu ryzyka cyberzagrożeń, rozwijanie świadomości bezpieczeństwa oraz stosowanie dobrych praktyk podczas codziennej pracy.

Zasady korzystania z narzędzi AI w organizacji

Opracowanie podstawowych wytycznych dotyczących bezpiecznego, odpowiedzialnego i zgodnego z przepisami wykorzystania sztucznej inteligencji w środowisku pracy.

Jest to szkolenie indywidualne; za godzinę przyjmuje się 60min.

Szkolenie składa się z 20 godzin zegarowych. Harmonogram uwzględnia przerwy.

Wszystkie godziny szkoleniowe stanowią praktyczną naukę.

Walidacja składa się z testu teoretycznego z wynikiem generowanym automatycznie.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 13

| Przedmiot / temat               | Typ aktywności | Prowadzący    | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---------------------------------|----------------|---------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 1 z 13 AI i cyberbezpieczeństwo | Zajęcia        | Dariusz Nowak | 31-08-2026            | 17:00               | 18:45               | 01:45         |
| 2 z 13 AI i cyberbezpieczeństwo | Zajęcia        | Dariusz Nowak | 01-09-2026            | 17:00               | 18:45               | 01:45         |
| 3 z 13 AI i cyberbezpieczeństwo | Zajęcia        | Dariusz Nowak | 02-09-2026            | 17:00               | 18:45               | 01:45         |
| 4 z 13 AI i cyberbezpieczeństwo | Zajęcia        | Dariusz Nowak | 07-09-2026            | 17:00               | 18:45               | 01:45         |
| 5 z 13 AI i cyberbezpieczeństwo | Zajęcia        | Dariusz Nowak | 08-09-2026            | 17:00               | 18:45               | 01:45         |
| 6 z 13 AI i cyberbezpieczeństwo | Zajęcia        | Dariusz Nowak | 09-09-2026            | 17:00               | 18:45               | 01:45         |
| 7 z 13 AI i cyberbezpieczeństwo | Zajęcia        | Dariusz Nowak | 14-09-2026            | 17:00               | 18:45               | 01:45         |

| Przedmiot / temat                | Typ aktywności | Prowadzący    | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|----------------------------------|----------------|---------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 8 z 13 AI i cyberbezpieczeństwo  | Zajęcia        | Dariusz Nowak | 15-09-2026            | 17:00               | 18:45               | 01:45         |
| 9 z 13 AI i cyberbezpieczeństwo  | Zajęcia        | Dariusz Nowak | 16-09-2026            | 17:00               | 18:45               | 01:45         |
| 10 z 13 AI i cyberbezpieczeństwo | Zajęcia        | Dariusz Nowak | 21-09-2026            | 17:00               | 18:45               | 01:45         |
| 11 z 13 AI i cyberbezpieczeństwo | Zajęcia        | Dariusz Nowak | 22-09-2026            | 17:00               | 18:00               | 01:00         |
| 12 z 13 AI i cyberbezpieczeństwo | Zajęcia        | Dariusz Nowak | 23-09-2026            | 17:00               | 18:00               | 01:00         |
| 13 z 13 -                        | Walidacja      | Dariusz Nowak | 23-09-2026            | 18:15               | 18:45               | 00:30         |

### Podsumowanie

| Rodzaj godzin                        | Liczba godzin |
|--------------------------------------|---------------|
| Suma godzin zegarowych usługi        | 20:00         |
| w tym suma godzin zajęć              | 19:30         |
| w tym suma godzin walidacji          | 00:30         |
| Suma godzin dydaktycznych bez przerw | 26:30         |

### 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 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

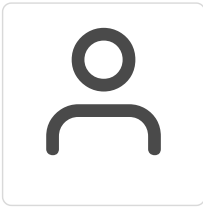
| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 5 904,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 4 800,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 295,20 PLN   |
| Koszt osobogodziny netto                  | 240,00 PLN   |

## Liczba godzin usługi

| Rodzaj godzin                   | Liczba godzin |
|---------------------------------|---------------|
| Liczba godzin zegarowych usługi | 20:00         |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Dariusz Nowak

Trener posiada wieloletnie doświadczenie zawodowe w obszarze technologii informatycznych, transformacji cyfrowej oraz wdrażania rozwiązań wspierających zarządzanie organizacją. Realizował wdrożenia systemów ERP i MRP oraz świadczył usługi z zakresu obsługi informatycznej przedsiębiorstw. Prowadzi szkolenia z zakresu nowoczesnych technologii, sztucznej inteligencji, cyberbezpieczeństwa, e-administracji oraz systemów wspomagających zarządzanie, w tym szkolenia dla pracowników administracji publicznej oraz przedsiębiorstw. Doświadczenie trenera zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed opublikowaniem usługi.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

#### Materiały dydaktyczne

- prezentacja multimedialna przygotowana przez trenera,
- skrypt lub materiały szkoleniowe w formie elektronicznej (PDF),
- instrukcje i checklisty dotyczące bezpiecznego korzystania z AI,
- przykładowe polityki korzystania z narzędzi AI w organizacji,
- zestaw dobrych praktyk z zakresu cyberbezpieczeństwa i ochrony danych,
- przykładowe scenariusze promptów oraz szablony ich tworzenia,
- studia przypadków dotyczące wykorzystania AI i incydentów cyberbezpieczeństwa,
- zestaw ćwiczeń praktycznych i kart pracy.

## Narzędzia wykorzystywane podczas szkolenia

- ChatGPT,
- Google Gemini,
- NotebookLM,
- Google AI Studio,
- Microsoft Copilot (jeżeli dostępny),
- Canva AI (Magic Write, Magic Design),
- Miro lub inne narzędzie do pracy warsztatowej,
- przeglądarka internetowa z dostępem do wybranych serwisów.

## Materiały źródłowe i akty prawne

- AI Act,
- RODO (Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679),
- wytyczne dotyczące cyberbezpieczeństwa publikowane przez CERT Polska,
- materiały edukacyjne

## Informacje dodatkowe

- Zapewniamy podstawowe materiały szkoleniowe.
- Za godzinę zajęć przyjmuje się 60 minut.
- Każdy Uczestnik po zakończeniu szkolenia otrzymuje zaświadczenie.
- Na zakończenie kursu uczestnik przystępuje do walidacji - testu teoretycznego z wynikiem generowanym automatycznie.

Usługa ma charakter **przykładowy**. Zapraszamy do kontaktu w celu spersonalizowania oferty.

## Warunki techniczne

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

### SZCZEGÓŁOWE INFORMACJE:

Udostępniony w korespondencji mailowej link dostępowy do zajęć ważny jest do dnia zakończenia realizacji usługi zgodnie z obecną kartą.

określone warunki techniczne do udziału w usłudze:

- rodzaj platformy – teams
- oprogramowanie – Windows / Mac OS X
- wymagania sprzętowe – PC lub laptop z dostępem do Internetu, kamerką i mikrofonem
- prędkość Internetu:
- minimalna szybkość dla połączeń video 128 kb/s
- zalecana: 300 kb/s

Warunki minimalne łącza internetowego prędkość pobierania – 1 Mb/s; prędkość wysyłania 1 Mb/s.

## Kontakt



**Anna Kuźnicka**

**E-mail** anna.kuznicka@progres.edu.pl

**Telefon** (+48) 795 532 467