



Tworzenie treści na Instagram, Facebook i TikTok z AI oraz zasobooszczędne zarządzanie komunikacją cyfrową (kwalifikacje)

Numer usługi 2026/10/23/180138/3899943

5 000,00 PLN brutto
5 000,00 PLN netto
156,25 PLN brutto/h
156,25 PLN netto/h
183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

HC SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5

991 ocen

📍 Katowice
🏠 Usługa szkoleniowa
📄 stacjonarna
👥 Zajęcia grupowe
🕒 32:00 h
📅 28.11.2026 do 01.12.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Informatyka i telekomunikacja / Aplikacje biznesowe

Grupa docelowa usługi

Usługa jest skierowana do osób dorosłych, które z własnej inicjatywy chcą zdobyć lub podnieść kwalifikacje w zakresie tworzenia treści do mediów społecznościowych z AI oraz rozwinąć zielone umiejętności związane z zarządzaniem zasobami cyfrowymi. W szczególności pracownicy marketingu, komunikacji, sprzedaży i obsługi klienta, osoby prowadzące profile organizacji oraz osoby przygotowujące się do pracy w social media. Ćwiczenia mogą dotyczyć salonu beauty lub innej działalności usługowej. Szkolenie jest odpowiednie dla osób bez zaawansowanego doświadczenia w korzystaniu z AI, które posiadają podstawowe umiejętności obsługi komputera, przeglądarki i plików.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

12

Data zakończenia rekrutacji

27-11-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Znak Jakości TGLS Quality Alliance

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do samodzielnego planowania i tworzenia treści na Instagram, Facebook i TikTok z AI oraz do zasobooszczędnego zarządzania komunikacją cyfrową. Uczestnik ponownie wykorzystuje materiały, optymalizuje pliki, porównuje zużycie przestrzeni dyskowej przed i po zmianie oraz weryfikuje komunikaty środowiskowe na podstawie dowodów. Efekty sprawdzane są w teście i zadaniach praktycznych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Planuje komunikację na Instagramie, Facebooku i TikToku z wykorzystaniem AI.	Określa cel komunikacji i grupę odbiorców oraz dobiera formaty właściwe dla trzech platform.	Analiza dowodów i deklaracji
	Przygotowuje plan co najmniej 6 publikacji z uwzględnieniem jednego materiału bazowego i jego adaptacji.	Analiza dowodów i deklaracji
	Dokumentuje wykorzystanie AI w planowaniu i samodzielnie koryguje otrzymaną propozycję.	Analiza dowodów i deklaracji
Tworzy i weryfikuje treści cyfrowe z wykorzystaniem AI.	Przygotowuje polecenie i na jego podstawie opracowuje post, projekt grafiki lub karuzeli oraz scenariusz krótkiego wideo.	Analiza dowodów i deklaracji
	Zapisuje rezultat AI i własne poprawki; wskazuje źródła potwierdzające twierdzenia faktograficzne.	Analiza dowodów i deklaracji
	Dobiera materiały z uwzględnieniem praw do ich wykorzystania i usuwa dane, których nie należy przekazywać do narzędzia AI.	Analiza dowodów i deklaracji
Wyjaśnia zasady odpowiedzialnego gospodarowania zasobami cyfrowymi.	Wskazuje etapy tworzenia, przesyłania i przechowywania treści wymagające zasobów oraz możliwości ograniczenia zbędnych operacji.	Test teoretyczny
	Rozróżnia rozmiar pliku, zużycie energii i emisję; wyjaśnia, dlaczego spadek liczby MB lub zapytań AI nie potwierdza określonej redukcji CO ₂ .	Test teoretyczny
	Odróżnia zbędny duplikat od kopii bezpieczeństwa i dokumentu wymagającego zachowania.	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Optymalizuje pliki przeznaczone do komunikacji cyfrowej i dokumentuje wynik.	Dla minimum 3 plików zapisuje format, rozmiar w MB, przeznaczenie i wymagania jakościowe przed zmianą.	Analiza dowodów i deklaracji
	Przygotowuje wersje o mniejszej objętości, zachowując wymaganą czytelność i jakość; zapisuje parametry eksportu.	Analiza dowodów i deklaracji
	Oblicza zmianę rozmiaru plików w MB i procentach oraz opisuje warunki porównania i ograniczenia wyniku.	Analiza dowodów i deklaracji
	Przyporządkowuje jeden materiał bazowy do zastosowań w trzech kanałach i wskazuje wymagane adaptacje.	Analiza dowodów i deklaracji
Organizuje ponowne wykorzystanie i przechowywanie materiałów cyfrowych.	Inwentaryzuje pliki w pakiecie ćwiczeniowym; wskazuje wersję główną i zbędne duplikaty oraz porównuje ich objętość przed i po uporządkowaniu.	Analiza dowodów i deklaracji
	Opracowuje zasady nazewnictwa, aktualizacji i retencji plików z zachowaniem potrzebnych kopii bezpieczeństwa.	Analiza dowodów i deklaracji
Weryfikuje komunikaty środowiskowe i przygotowuje komunikację opartą na dowodach.	Ocenia minimum 3 komunikaty środowiskowe i wskazuje twierdzenia wymagające potwierdzenia.	Analiza dowodów i deklaracji
	Dla ocenianych komunikatów wskazuje dostępne dowody, ich zakres i brakujące informacje.	Analiza dowodów i deklaracji
	Poprawia nieuzasadnioną deklarację i przygotowuje jeden komunikat oparty na dostępnych dowodach albo uzasadnia brak podstaw do jego publikacji.	Analiza dowodów i deklaracji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Opracowuje plan usprawnienia procesu komunikacji na podstawie danych i informacji zwrotnej.	Analizuje wskaźniki publikacji i uzasadnia wybór treści do ponownego wykorzystania.	Analiza dowodów i deklaracji
	Wskazuje minimum 2 działania ograniczające zbędne wykorzystanie zasobów; dla każdego określa miernik, stan bazowy i sposób kontroli.	Analiza dowodów i deklaracji
	Przedstawia wyniki porównania przed i po zmianie, opisuje ograniczenia oraz dokumentuje poprawkę wprowadzoną po informacji zwrotnej.	Analiza dowodów i deklaracji

Kwalifikacje i kompetencje

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

DZIEŃ I – Strategia komunikacji i gospodarowanie zasobami

- **09:00 – 11:00 | Marketing cyfrowy, odpowiedzialne zastosowanie AI oraz strategia komunikacji**
 - **Teoria (09:00–10:00):** Cele i formaty Instagrama, Facebooka i TikToka. Dobór narzędzia do zadania. Schemat brief – polecenie – wynik – weryfikacja – korekta. Ograniczenia AI i identyfikacja zadań możliwych do wykonania bez kolejnego generowania.
 - **Teoria (10:00–11:00):** Cel, odbiorca, persona, filary komunikacji i spójność marki. Dobór kanałów i formatów. Plan kampanii dla salonu beauty lub innej działalności usługowej; zakres wiedzy potrzebny do pracy z AI.

11:00 – 11:15 | Przerwa kawowa (15 min)

11:15 – 12:45 | Biblioteka wiedzy, zasoby cyfrowe i zasady pomiaru (część 1)

- **Praktyka (11:15–12:15):** Uporządkowanie informacji o marce i zasobach. Opis źródła, praw, aktualności i wersji głównej. Uczestnik przygotowuje brief i bibliotekę materiałów do dalszej pracy.
- **Teoria (12:15–12:45):** Etapy tworzenia, przesyłania i przechowywania treści wymagające zasobów. Parametry techniczne, energia i emisje jako różne wielkości. Dobór mierników i zasad porównania. Ograniczenia wnioskowania z MB i liczby zapytań AI.

12:45 – 13:15 | Przerwa obiadowa (30 min)

13:15 – 14:45 | Zasoby cyfrowe (część 2) oraz Warsztat media planu i ponownego wykorzystania

- **Teoria (13:15–13:45):** Kontynuacja omówienia parametrów technicznych i ograniczeń wnioskowania.
- **Praktyka (13:45–14:45):** Plan minimum 6 publikacji dla trzech platform z jednego materiału bazowego. Mapa adaptacji: co powstaje od podstaw, co jest wykorzystywane ponownie i dlaczego. Przygotowanie harmonogramu i rejestru pracy z AI.

14:45 – 15:00 | Przerwa kawowa (15 min)

15:00 – 17:00 | Warsztat inwentaryzacji i stanu bazowego

- **Praktyka (15:00–17:00):** Inwentaryzacja pakietu ćwiczeniowego: formaty, rozmiary, kopie i przeznaczenie. Odróżnienie duplikatów od kopii bezpieczeństwa. Pomiar wartości bazowych i określenie wymagań jakości. *Rezultat: arkusz bazowy i plan kontroli zasobów.*

DZIEŃ II – Treści tekstowe i komunikacja środowiskowa

09:00 – 11:00 | Polecenia, kontrola jakości AI oraz Warsztat postów i adaptacji tekstu (część 1)

- **Teoria (09:00–10:00):** Kontekst, cel, ograniczenia, ton i format odpowiedzi. Dobór zakresu generowania; porównanie własnej edycji i kolejnego zapytania. Dokumentowanie poleceń, rezultatów oraz przyczyn zmian.
- **Praktyka (10:00–11:00):** Przygotowanie postów edukacyjnych, eksperckich i sprzedażowych. Nagłówki, wezwania do działania i adaptacja dla różnych kanałów.

11:00 – 11:15 | Przerwa kawowa (15 min)

11:15 – 12:45 | Warsztat postów (część 2) oraz Weryfikacja informacji i bezpieczna praca

- **Praktyka (11:15–11:45):** Samodzielna korekta i aktualizacja media planu. *Rezultat: teksty z rejestrem pracy i zmian.*
- **Teoria (11:45–12:45):** Sprawdzanie źródeł i halucynacji AI. Ochrona danych klienta, prawa autorskie, licencje i wizerunek. Rozdzielenie faktów, interpretacji i treści reklamowych. Zasady anonimizacji danych w ćwiczeniach.

12:45 – 13:15 | Przerwa obiadowa (30 min)

13:15 – 14:45 | Dowody w komunikacji środowiskowej oraz Warsztat oceny komunikatów (część 1)

- **Teoria (13:15–14:15):** Zakres i aktualność dowodu, konkretne działanie a ogólna deklaracja o marce. Rozpoznawanie greenwashingu. Rzetelne przedstawianie wyników i ograniczeń pomiaru; komunikacja bez niepotwierdzonych obietnic środowiskowych.
- **Praktyka (14:15–14:45):** Analiza minimum 3 komunikatów. Wskazanie dowodów i brakujących informacji.

14:45 – 15:00 | Przerwa kawowa (15 min)

15:00 – 17:00 | Warsztat oceny komunikatów (część 2) oraz Warsztat weryfikacji i dostępności treści

- **Praktyka (15:00–15:30):** Korekta nieuzasadnionej deklaracji. Przygotowanie komunikatu opartego na dowodach lub uzasadnienie braku podstaw do publikacji.
- **Praktyka (15:30–17:00):** Sprawdzenie faktów, praw, danych i czytelności przygotowanych publikacji. Ocena koleżeńska i własna korekta na podstawie informacji zwrotnej. *Rezultat: zweryfikowane teksty i karta kontroli jakości.*

DZIEŃ III – Grafika wideo i optymalizacja plików

09:00 – 11:00 | Formaty wizualne, parametry eksportu oraz Warsztat grafiki i karuzeli z AI

- **Teoria (09:00–10:00):** Format, rozdzielczość, kompresja, czytelność i dostępność. Dopasowanie jakości do kanału. Użycie istniejących zasobów i ocena potrzeby generowania nowej grafiki. Warunki porównywalnego pomiaru plików.
- **Praktyka (10:00–11:00):** Koncepcja, projekt, weryfikacja i poprawa grafiki lub karuzeli. Dostosowanie do platform i eksport wersji roboczej.

11:00 – 11:15 | Przerwa kawowa (15 min)

11:15 – 12:45 | Warsztat grafiki (dokończenie) oraz Scenariusz i organizacja krótkiego wideo

- **Praktyka (11:15–11:45):** Kontrola faktów, czytelności i praw wykorzystania. *Rezultat: materiał wizualny i rejestr zmian.*
- **Teoria (11:45–12:45):** Cel, hook, lista ujęć i scenariusz wspomagany AI. Napisy, muzyka i prawa do materiałów. Adaptacja nagrania do kilku kanałów. Dobór parametrów materiału wyjściowego i eksportu.

12:45 – 13:15 | Przerwa obiadowa (30 min)

13:15 – 14:45 | Warsztat krótkiego wideo i adaptacji

- **Praktyka (13:15–14:45):** Przygotowanie scenariusza i krótkiego wideo z materiałów ćwiczeniowych lub własnych. Dodanie napisów i adaptacja dla trzech kanałów. *Rezultat: scenariusz, materiał wideo i mapa wykorzystania istniejących zasobów.*

14:45 – 15:00 | Przerwa kawowa (15 min)

15:00 – 17:00 | Warsztat optymalizacji z pomiarem oraz Warsztat biblioteki i cyklu życia plików

- **Praktyka (15:00–16:00):** Optymalizacja minimum 3 plików. Pomiar rozmiaru przed i po zmianie, zapis ustawień eksportu, obliczenie różnicy w MB i procentach. Ocena jakości według przyjętych wymagań. *Rezultat: pliki porównawcze i arkusz pomiarów.*
- **Praktyka (16:00–17:00):** Wersja główna, nazewnictwo, aktualizacja, retencja i kopie bezpieczeństwa. Usunięcie wyłącznie zbędnych duplikatów z pakietu ćwiczeniowego. Porównanie objętości. *Rezultat: uporządkowana biblioteka i protokół zmian.*

DZIEŃ IV – Analiza, projekt końcowy i walidacja

09:00 – 11:00 | Wskaźniki skuteczności i zasobów oraz Warsztat raportu i planu usprawnień

- **Teoria (09:00–10:00):** Zasięg, wyświetlenia i zaangażowanie odrębnie od mierników zasobowych. Dobór punktu odniesienia i ograniczenia porównania. Rzetelny raport. Podstawowa analiza danych bez deklarowania zaawansowanej eksploracji danych.
- **Praktyka (10:00–11:00):** Analiza przykładowych wyników publikacji i własnych pomiarów plików. Wybór treści do ponownego użycia. Minimum 2 usprawnienia: miernik, stan bazowy, cel i kontrola. *Rezultat: raport oraz plan działań z opisem ograniczeń.*

11:00 – 11:15 | Przerwa kawowa (15 min)

11:15 – 12:45 | Projekt końcowy, kontrola portfolio i samodzielne korekty (część 1)

- **Praktyka (11:15–12:15):** Sprawdzenie spójności media planu, tekstów, grafiki, wideo i mierników. Uczestnik samodzielnie kompletuje dowody. Lista braków i plan poprawek.
- **Praktyka (12:15–12:45):** Rozpoczęcie dokończenia projektu kampanii i planu zarządzania zasobami. Udokumentowanie korekty po informacji zwrotnej.

12:45 – 13:15 | Przerwa obiadowa (30 min)

13:15 – 14:00 | Projekt końcowy i dokończenie portfolio (część 2)

- **Praktyka (13:15–14:00):** Przygotowanie ostatecznego portfolio do indywidualnej oceny. Konsultacja dydaktyczna nie jest wynikiem walidacji.

14:00 – 17:00 | Walidacja efektów uczenia się (3 godziny)

- **Walidacja:** Test teoretyczny oraz indywidualna analiza dowodów i deklaracji. Ocena efektów zawodowych, cyfrowych i zielonych na podstawie kryteriów w karcie i standardu kwalifikacji. Wynik dokumentuje niezależny podmiot walidujący.

POWIĄZANIE Z RSI WSL 2030 I PRT WSL 2019–2030

RSI – Technologie informacyjne i komunikacyjne: uczestnik wykorzystuje AI do planowania i tworzenia treści, dokumentuje polecenia, weryfikuje wyniki i je poprawia. Organizuje wiedzę w bibliotece materiałów. Powiązanie: technologie sztucznej inteligencji i uczenia maszynowego oraz zarządzania wiedzą, załącznik nr 3, tabela 3 RSI.

RSI – Zielona gospodarka: gospodarowanie zasobami cyfrowymi i środowiskowe technologie informacyjne. Uczestnik mierzy parametry techniczne, ogranicza zbędne kopie, planuje ponowne użycie materiałów i kontroluje zasoby procesu komunikacji.

PRT 4.7 – Technologie telekomunikacyjne i informacyjne wspierające Przemysł 4.0: proponowane powiązanie przez zastosowanie AI i zarządzania wiedzą w komunikacji cyfrowej, zgodnie z klasyfikacją tych technologii w odpowiadającej grupie ICT w RSI. Dowody: rejestr pracy z AI, zweryfikowane treści i biblioteka materiałów.

PRT 3.6 – Technologie zarządzania środowiskiem: narzędzia informacyjne do inwentaryzacji zasobów, ustalenia wartości bazowej, usprawnień i kontroli wyników. Dowody: arkusz pomiarowy i plan działań. Wyniki techniczne nie są pomiarem energii ani emisji.

ZIELONE UMIEJĘTNOŚCI

Uczestnik identyfikuje zbędne wykorzystanie zasobów cyfrowych, optymalizuje pliki przy zachowaniu jakości, ogranicza zbędne duplikaty, planuje ponowne wykorzystanie treści, dokumentuje wyniki oraz weryfikuje komunikaty środowiskowe. Umiejętności te są sprawdzane indywidualnie podczas walidacji.

WALIDACJA I CERTYFIKACJA

Usługa prowadzi do uzyskania kwalifikacji „Specjalista ds. social media”. Walidację i certyfikację prowadzi Fundacja My Personality Skills. Walidacja jest oddzielona od prowadzenia zajęć i obejmuje test teoretyczny oraz indywidualną analizę dowodów i deklaracji.

Portfolio obejmuje: media plan; mapę ponownego użycia treści; posty, grafikę lub karuzelę, scenariusz i krótki materiał wideo; rejestr pracy z AI; arkusz pomiarów minimum 3 plików; inwentaryzację kopii i zasady retencji; ocenę minimum 3 komunikatów środowiskowych; raport i plan minimum 2 usprawnień. Dowody powstają podczas praktyki i projektu.

Zaliczenie wymaga pozytywnej oceny testu i praktyki według standardu kwalifikacji. Zielone efekty są oceniane indywidualnie: zasoby, optymalizacja plików, ponowne użycie, komunikacja środowiskowa i plan usprawnień. Organizator zapewnia obsadę i sposób pracy umożliwiające indywidualną ocenę w przewidzianych 3 godzinach. Część dydaktyczna i walidacja są rozdzielone.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 27

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 27 Marketing cyfrowy i odpowiedzialne zastosowanie AI – część teoretyczna (współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	28-11-2026	09:00	10:00	01:00
2 z 27 Strategia komunikacji i analiza odbiorców – część teoretyczna (współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	28-11-2026	10:00	11:00	01:00
3 z 27 Warsztat biblioteki wiedzy i materiałów – część praktyczna (warsztaty)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	28-11-2026	11:00	12:00	01:00
4 z 27 -	Przerwa	-	28-11-2026	12:00	13:00	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 27 Zasoby cyfrowe i zasady pomiaru – część teoretyczna (współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	28-11-2026	13:00	14:00	01:00
6 z 27 Warsztat media planu i ponownego wykorzystania – część praktyczna (warsztaty)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	28-11-2026	14:00	15:30	01:30
7 z 27 Warsztat inwentaryzacji i stanu bazowego – część praktyczna (warsztaty)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	28-11-2026	15:30	17:00	01:30
8 z 27 Polecenia i kontrola jakości wyników AI – część teoretyczna (współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	29-11-2026	09:00	10:00	01:00
9 z 27 Warsztat postów i adaptacji tekstu – część praktyczna (warsztaty)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	29-11-2026	10:00	11:30	01:30
10 z 27 Weryfikacja informacji i bezpieczna praca – część teoretyczna (współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	29-11-2026	11:30	12:30	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
11 z 27 -	Przerwa	-	29-11-2026	12:30	13:30	01:00
12 z 27 Dowody w komunikacji środowiskowej – część teoretyczna (współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	29-11-2026	13:30	14:30	01:00
13 z 27 Warsztat oceny komunikatów środowiskowych – część praktyczna (warsztaty)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	29-11-2026	14:30	16:00	01:30
14 z 27 Warsztat weryfikacji i dostępności treści – część praktyczna (warsztaty)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	29-11-2026	16:00	17:00	01:00
15 z 27 Formaty wizualne i parametry eksportu – część teoretyczna (współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	30-11-2026	09:00	10:00	01:00
16 z 27 Warsztat grafiki i karuzeli z AI – część praktyczna (warsztaty)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	30-11-2026	10:00	11:30	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
17 z 27 Scenariusz i organizacja krótkiego wideo – część teoretyczna (współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	30-11-2026	11:30	12:30	01:00
18 z 27 -	Przerwa	-	30-11-2026	12:30	13:30	01:00
19 z 27 Warsztat krótkiego wideo i adaptacji – część praktyczna (warsztaty)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	30-11-2026	13:30	15:00	01:30
20 z 27 Warsztat optymalizacji z pomiarem – część praktyczna (warsztaty)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	30-11-2026	15:00	16:00	01:00
21 z 27 Warsztat biblioteki i cyklu życia plików – część praktyczna (warsztaty)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	30-11-2026	16:00	17:00	01:00
22 z 27 Wskaźniki skuteczności i zasobów – część teoretyczna (współdzielenie ekranu)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	01-12-2026	09:00	10:00	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
23 z 27 Warsztat raportu i planu usprawnień – część praktyczna (warsztaty)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	01-12-2026	10:00	11:30	01:30
24 z 27 Projekt końcowy i kontrola portfolio – część praktyczna (ćwiczenia)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	01-12-2026	11:30	12:00	00:30
25 z 27 -	Przerwa	-	01-12-2026	12:00	13:00	01:00
26 z 27 Projekt końcowy i samodzielne korekty – część praktyczna (ćwiczenia)	Zajęcia	Magdalena Skorupska	01-12-2026	13:00	14:00	01:00
27 z 27 -	Walidacja	-	01-12-2026	14:00	17:00	03:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	32:00
w tym suma godzin zajęć	25:00
w tym suma godzin walidacji	03:00
w tym suma przerw	04:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	37:15

Cennik

Cennik

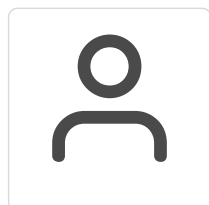
Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 000,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	156,25 PLN
Koszt osobogodziny netto	156,25 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	32:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Magdalena Skorupska

Jestem doświadczoną trenerką i facylitatorką z ponad 1000 godzin przeprowadzonych szkoleń i walidacji, specjalizującą się w rozwoju kompetencji pracowników i liderów w obszarach: zarządzania procesami, budowania efektywnych zespołów, cyberbezpieczeństwa oraz profesjonalnej obsługi klienta.

Łączę wiedzę psychologiczną z praktycznym doświadczeniem, co pozwala mi trafnie diagnozować potrzeby organizacji i projektować dopasowane programy rozwojowe. Moje podejście opiera się na budowaniu zaangażowania, wzmacnianiu współpracy i rozwijaniu kompetencji niezbędnych do skutecznego działania w dynamicznym środowisku pracy.

Wspieram zespoły i menedżerów w radzeniu sobie z sytuacjami stresowymi, konfliktami, niską motywacją czy wyzwaniem związanym z pracą zdalną i wielopokoleniową. Prowadzę zarówno szkolenia merytoryczne, jak i warsztaty rozwojowe, które integrują twarde i miękkie kompetencje – od cyberhigieny po komunikację i inteligencję emocjonalną.

Mam doświadczenie we współpracy z sektorem prywatnym, organizacjami pozarządowymi oraz instytucjami publicznymi. Jako koordynatorka projektów społecznych prowadziłam liczne działania edukacyjne i interwencyjne, wspierające rozwój kompetencji interpersonalnych, odporności psychicznej oraz odpowiedzialnego przywództwa.

Moja misja to wspieranie ludzi i organizacji w budowaniu bezpiecznego, efektywnego i empatycznego środowiska pracy. Wierzę, że kluczem do sukcesu jest zrozumienie procesów – zarówno technologicznych, jak i ludzkich.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje w wersji cyfrowej: materiały szkoleniowe, brief kampanii, pakiet plików do optymalizacji, arkusz pomiarów przed i po zmianie, wzór media planu i mapy ponownego wykorzystania, wzór inwentaryzacji plików, kartę oceny komunikatów środowiskowych, szablon raportu i planu usprawnień oraz instrukcję przygotowania portfolio. Organizator zapewnia możliwość wykonania ćwiczeń w wybranych narzędziach AI i edycji treści, bez obowiązku zakupu płatnej subskrypcji przez uczestnika.

Warunki uczestnictwa

Podstawowa obsługa komputera, przeglądarki i plików. Własny laptop z aktualną przeglądarką, dostępem do Internetu oraz możliwością edycji dokumentów, arkuszy i plików graficznych. Przed zapisem należy potwierdzić dostępność miejsca i wymagania narzędziowe.

Wymagane minimum 80% obecności. Uzyskanie kwalifikacji wymaga pozytywnego wyniku walidacji.

Informacje dodatkowe

Szkolenie rozwija umiejętności zawodowe, cyfrowe i zielone. Uczestnik przygotowuje indywidualne portfolio, dokonuje porównań parametrów zasobów cyfrowych oraz planuje usprawnienia procesu komunikacji. Wykorzystywane są materiały ćwiczeniowe lub materiały, do których uczestnik ma prawa. Nie wymaga się publicznej publikacji treści. Wyniki pomiarów plików i operacji AI nie są przedstawiane jako potwierdzenie określonej oszczędności energii lub redukcji emisji. Szczegółowe powiązanie z RSI i PRT oraz zasady walidacji opisano w programie.

Adres

ul. Uniwersytecka 13
40-007 Katowice
woj. śląskie

Kontakt



DOMINIK HAMERA

E-mail office@hameracapital.eu

Telefon (+48) 888 677 422