



LĘTOWSKI
CONSULTING

Szkolenia,
Doradztwo, Rozwój
Mateusz Łętowski

★★★★★ 4,8 / 5

1 236 ocen

Szkolenie: Efektywna praca z AI: Inteligentne Technologie dla efektywności i eko-praktyk.

Numer usługi 2025/08/08/12176/2929750

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 24 h

📅 07.11.2025 do 09.11.2025

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

208,33 PLN brutto/h

208,33 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Informatyka i telekomunikacja / Aplikacje biznesowe
Grupa docelowa usługi	Szkolenie jest skierowane do przedsiębiorców, pracowników administracji, specjalistów ds. marketingu, nauczycieli, twórców treści oraz wszystkich osób zainteresowanych wykorzystaniem sztucznej inteligencji w codziennej pracy. Program dedykowany jest zarówno osobom początkującym, jak i tym, które chcą pogłębić swoją wiedzę w zakresie AI, prompt engineeringu oraz zastosowania nowoczesnych narzędzi cyfrowych w sposób efektywny i zgodny z zasadami zrównoważonego rozwoju. Szkolenie skierowane do osób posługujących się językiem ukraińskim.
Minimalna liczba uczestników	3
Maksymalna liczba uczestników	10
Data zakończenia rekrutacji	31-10-2025
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	24
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 zdobycia umiejętności efektywnego wykorzystania sztucznej inteligencji w pracy zawodowej i codziennych zadaniach poprzez opanowanie technik prompt engineeringu, generowania treści oraz analizy informacji. Szkolenie kładzie nacisk na rozwój cyfrowych i zielonych kompetencji, umożliwiając uczestnikom optymalizację procesów biznesowych, tworzenie angażujących materiałów oraz zastosowanie AI w zrównoważonych praktykach zawodowych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik wyjaśnia podstawowe zagadnienia związane z AI i prompt engineeringiem	Uczestnik przedstawia podstawowe pojęcia związane z AI	Test teoretyczny
Uczestnik generuje poprawne i skuteczne prompty dla ChatGPT	Uczestnik formułuje skuteczne prompty	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik tworzy treści promujące ekologiczne praktyki za pomocą AI	Uczestnik generuje artykuł, scenariusz lub raport	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik generuje obrazy w AI odnoszące się do ekologii	Uczestnik tworzy grafikę zgodnie z zadanymi wytycznymi	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik stosuje AI w marketingu promując zrównoważony rozwój	Uczestnik tworzy prezentację i treści reklamowe nawiązując do ekologii	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik analizuje informację przy użyciu AI	Uczestnik tworzy raport na podstawie danych AI	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik wykorzystuje AI w pracy zespołowej i ekologii	Uczestnik wdraża AI w procesy organizacyjne i ekologiczne	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik tworzy indywidualne projekty	Uczestnik przedstawia kompletny projekt z wykorzystaniem AI	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik współpracuje w grupie i respektuje normy społeczne	Uczestnik aktywnie uczestniczy w zadaniach zespołowych, wykazuje otwartość na współpracę i przestrzega zasad wzajemnego szacunku	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik definiuje podstawowe zasady pracy z AI oraz ich zastosowanie w kontekście zielonych kompetencji.	Uczestnik wyjaśnia, w jaki sposób sztuczna inteligencja może wspierać praktyki zrównoważonego rozwoju.	Test teoretyczny
Uczestnik opisuje zaawansowane techniki prompt engineeringu.	Uczestnik opisuje elementy skutecznego promptu (szczegółowość, kontekst, styl).	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Inne kwalifikacje

Uznane kwalifikacje

Pytanie 4. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji jest rozpoznawalny i uznawalny w danej branży/sektorze (czy certyfikat otrzymał pozytywne rekomendacje od co najmniej 5 pracodawców danej branży/sektorów lub związku branżowego, zrzeszającego pracodawców danej branży/sektorów)?

TAK

Informacje

Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów	uprawnione do realizacji procesów walidacji i certyfikowania na mocy innych przepisów prawa
Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	ŁĘTOWSKI CONSULTING Szkolenia, Doradztwo, Rozwój Mateusz Łętowski
Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR	Tak
Nazwa Podmiotu certyfikującego	SCIENCE SZKOLENIA I DORADZTWO Grzegorz Kawa
Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR	Tak

Program

Moduł 1: Wprowadzenie do AI, prompt engineeringu i zielonych kompetencji

- Czym jest sztuczna inteligencja i jak działa?
- Przegląd popularnych narzędzi AI:
 - Tekst: ChatGPT, Claude, Notion AI
 - Obrazy: Leonardo AI, Midjourney, DALL·E
 - Wideo: Runway ML, Pika Labs
 - Prezentacje: Gamma.app, Tome
- Podstawowe zasady pracy z AI – jak formułować zapytania (prompty)
- AI a zrównoważony rozwój – jak AI może wspierać ekologiczne praktyki
- Ćwiczenie: Testowanie podstawowych promptów

Moduł 2: Zaawansowane techniki promptowania w ChatGPT

- Struktura skutecznych promptów – szczegółowość, kontekst, styl
- Techniki iteracyjnego poprawiania promptów
- Tworzenie długich treści: artykuły, scenariusze, raporty
- AI a automatyzacja procesów cyfrowych – optymalizacja pracy
- Ćwiczenie: Generowanie różnych typów tekstów w ChatGPT

Moduł 3: Generowanie obrazów w Leonardo AI i Midjourney

- Różnice między modelami AI do grafiki
- Kluczowe parametry promptów graficznych
- Style, filtry i zaawansowane techniki generowania

- Ekologiczne aspekty tworzenia grafiki AI – zmniejszanie śladu węglowego
- Ćwiczenie: Tworzenie ilustracji na podstawie promptów

Moduł 4: Tworzenie prezentacji i materiałów marketingowych za pomocą AI

- Automatyczne generowanie slajdów i wizualizacji (Gamma.app, Tome)
- AI w copywritingu i tworzeniu treści reklamowych
- Personalizacja treści pod konkretną grupę odbiorców
- Zrównoważona komunikacja marketingowa – jak AI może wspierać zielone inicjatywy
- Ćwiczenie: Stworzenie kompletnej prezentacji z AI

Moduł 5: AI w analizie informacji i optymalizacji pracy

- Automatyczne podsumowywanie i wyszukiwanie danych
- AI w badaniach i analizie konkurencji
- Integracja AI z narzędziami pracy zespołowej
- Cyfrowe narzędzia wspierające ekologiczne zarządzanie projektami
- Ćwiczenie: Tworzenie raportu z użyciem AI

Moduł 6: Praktyczne zastosowania i indywidualne projekty

- Tworzenie własnych workflow z AI
- Najnowsze trendy w AI – co nas czeka?
- AI w zielonych technologiach i gospodarce cyrkularnej
- Prezentacja indywidualnych projektów uczestników

Egzamin.

Walidacja odbywa się w ostatnim dniu szkolenia tj. 09.11.2025 r. godzina 20:00-21:00. Egzamin prowadzony przez wyznaczoną osobę do walidacji. Certyfikacja przez jednostkę uprawnioną do certyfikacji tj. SCIENCE SZKOLENIA I DORADZTWO Grzegorz Kawa

Szkolenie prowadzone w godzinach zegarowych, w formie zajęć teoretyczno-praktycznych, tzn. Szkolenie w formie zajęć teoretyczno-praktycznych łączy przekazywanie wiedzy teoretycznej z praktycznym jej zastosowaniem.

Uczestnicy zdobywają informacje poprzez wykłady i prezentacje, a następnie wykorzystują je w praktyce podczas warsztatów i ćwiczeń w ramach każdego modułu szkolenia, gdzie ten zapis został zastosowany.

ROZDZIELNOŚĆ OSOBOWA WALIDACJI: Rozdzielność szkolenia od walidacji - rozdzielność osobowa. Osoba szkoląca nie ocenia wiedzy i umiejętności swoich kursantów w zakresie, w którym nauczała. Kończącą walidację prowadzi odrębna osoba.

Podczas szkolenia przeprowadzone zostaną pre-testy oraz post-testy wiedzy, egzamin końcowy.

Egzamin po szkoleniu potwierdza zdobycie kwalifikacji.

Szkolenie będzie prowadzone w języku ukraińskim.

W ramach szkolenia jest 24 godzin zegarowych, na co składa się:

- 11 godzin 15 min zajęć teoretycznych
- 10 godzin zajęć praktycznych
- 7 przerw po 15 minut - 1 godz. 45 min. - wliczone w usługę
- 30 min walidacja, 30 min certyfikacja

Program spełnia zakres technologii PRT z obszaru technologii informacyjnych i telekomunikacyjnych, w tym m.in.:

4.2 Technologie informacyjne

- **4.2.3 Technologie e-learningowe** – Szkolenie wykorzystuje nowoczesne technologie e-learningowe do nauki efektywnego korzystania z narzędzi AI w analizie danych, automatyzacji procesów oraz generowaniu treści marketingowych.
- **4.2.5 Technologie data mining** – Program obejmuje analizę informacji i optymalizację pracy z wykorzystaniem AI, co wpisuje się w technologie eksploracji danych, wykorzystywane m.in. w analizie konkurencji i automatycznym podsumowywaniu danych.

4.7 Technologie telekomunikacyjne i informacyjne wspierające przemysł 4.0

- **4.7.4 Technologie zarządzania wiedzą** – Kurs obejmuje wykorzystanie AI w organizacji pracy zespołowej, co wspiera zarządzanie wiedzą i automatyzację procesów cyfrowych.
- **4.7.6 Technologie zaawansowanych baz danych i hurtowni danych** – Uczestnicy zapoznają się z narzędziami do analizy danych oraz sposobami ich strukturalizacji i zarządzania przy wsparciu AI.
- **4.7.10 Technologie sztucznej inteligencji i uczenia maszynowego** – Program skupia się na wykorzystaniu AI w różnych dziedzinach, takich jak generowanie treści, analiza danych i optymalizacja pracy, co bezpośrednio wpisuje się w rozwój technologii AI.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 21

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 21 Moduł 1: Wprowadzenie do AI, prompt engineeringu i zielonych kompetencji. Zajęcia teoretyczno-praktyczne. Zajęcia w formie wykładu, rozmowy na żywo, chatu oraz współdzielenie ekranu.	Adam Parysz	07-11-2025	15:00	16:45	01:45
2 z 21 Przerwa	Adam Parysz	07-11-2025	16:45	17:00	00:15
3 z 21 Moduł 1: Wprowadzenie do AI, prompt engineeringu i zielonych kompetencji. Zajęcia teoretyczno-praktyczne. Zajęcia w formie wykładu, rozmowy na żywo, chatu oraz współdzielenie ekranu.	Adam Parysz	07-11-2025	17:00	19:00	02:00
4 z 21 Przerwa	Adam Parysz	07-11-2025	19:00	19:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 21 Moduł 2: Zaawansowane techniki promptowania w ChatGPT. Zajęcia teoretyczno-praktyczne. Zajęcia w formie wykładu, rozmowy na żywo, chatu oraz współdzielenie ekranu.	Adam Parysz	07-11-2025	19:15	21:00	01:45
6 z 21 Moduł 3: Generowanie obrazów w Leonardo AI i Midjourney. Zajęcia teoretyczno-praktyczne. Zajęcia w formie wykładu, rozmowy na żywo, chatu oraz współdzielenie ekranu.	Adam Parysz	08-11-2025	08:00	10:00	02:00
7 z 21 Przerwa	Adam Parysz	08-11-2025	10:00	10:15	00:15
8 z 21 Moduł 3: Generowanie obrazów w Leonardo AI i Midjourney. Zajęcia teoretyczno-praktyczne. Zajęcia w formie wykładu, rozmowy na żywo, chatu oraz współdzielenie ekranu.	Adam Parysz	08-11-2025	10:15	12:00	01:45
9 z 21 Przerwa	Adam Parysz	08-11-2025	12:00	12:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 21 Moduł 3: Generowanie obrazów w Leonardo AI i Midjourney. Zajęcia teoretyczno-praktyczne. Zajęcia w formie wykładu, rozmowy na żywo, chatu oraz współdzielenie ekranu.	Adam Parysz	08-11-2025	12:15	14:00	01:45
11 z 21 Przerwa	Adam Parysz	08-11-2025	14:00	14:15	00:15
12 z 21 Moduł 4: Tworzenie prezentacji i materiałów marketingowych za pomocą AI. Zajęcia teoretyczno-praktyczne. Zajęcia w formie wykładu, rozmowy na żywo, chatu oraz współdzielenie ekranu.	Adam Parysz	08-11-2025	14:15	16:00	01:45
13 z 21 Przerwa	Adam Parysz	08-11-2025	16:00	16:15	00:15
14 z 21 Moduł 4: Tworzenie prezentacji i materiałów marketingowych za pomocą AI. Zajęcia teoretyczno-praktyczne. Zajęcia w formie wykładu, rozmowy na żywo, chatu oraz współdzielenie ekranu.	Adam Parysz	08-11-2025	16:15	18:00	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
15 z 21 Moduł 5: AI w analizie informacji i optymalizacji pracy. Zajęcia teoretyczno-praktyczne. Zajęcia w formie wykładu, rozmowy na żywo, chatu oraz współdzielenie ekranu.	Adam Parysz	09-11-2025	08:00	10:00	02:00
16 z 21 Przerwa	Adam Parysz	09-11-2025	10:00	10:15	00:15
17 z 21 Moduł 5: AI w analizie informacji i optymalizacji pracy. Zajęcia teoretyczno-praktyczne. Zajęcia w formie wykładu, rozmowy na żywo, chatu oraz współdzielenie ekranu.	Adam Parysz	09-11-2025	10:15	12:00	01:45
18 z 21 Przerwa	Adam Parysz	09-11-2025	12:00	12:15	00:15
19 z 21 Moduł 6: Praktyczne zastosowania i indywidualne projekty. Zajęcia teoretyczno-praktyczne. Zajęcia w formie wykładu, rozmowy na żywo, chatu oraz współdzielenie ekranu.	Adam Parysz	09-11-2025	12:15	15:00	02:45
20 z 21 Walidacja	-	09-11-2025	15:00	15:30	00:30
21 z 21 Certyfikacja	-	09-11-2025	15:30	16:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	208,33 PLN
Koszt osobogodziny netto	208,33 PLN
W tym koszt walidacji brutto	100,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	100,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	250,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	250,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Adam Parysz

Od 2013 roku Adam Parysz jest cenionym trenerem i szkoleniowcem. Spędził ponad 13 521 godzin na prowadzeniu szkoleń, podczas których przeszkolił ponad 15 tysięcy uczestników. Auditor Wiodący Systemu Zarządzania Bezpieczeństwem Informacji wg. normy PN-EN ISO/IEC 27001, Auditor Wiodący Systemu Zarządzania Ciągłością Działania wg. normy ISO 22301, Auditor wewnętrzny zintegrowanego systemu zarządzania wg ISO 9001, ISO 14001 oraz ISO 45001, Auditor Wewnętrzny standardu TISAX, Certyfikowany SIX SIGMA YELLOW BELT, Archiwista, Wdrożeniowiec systemów klasy ESD, Inspektor Ochrony Danych Osobowych, Specjalista ds. AI. Członek Zwyczajny ISSA Polska (Grupa Robocza ds. AI), Członek Grupy Roboczej ds. Sztucznej Inteligencji przy Ministerstwie Cyfryzacji, Autor książki "Polecenia dla ChatGPT w finansach", Autor artykułów dla Legalis Administracja wydawnictwa C.H. Beck, uczestnik programów CampusAI oraz Umiejętności Jutra Google. Biegła znajomość narzędzi AI: ChatGPT, Microsoft Copilot, Google Gemini, Adobe Firefly i Midjourney. Orientacja na działanie oraz skuteczne zarządzanie czasem pracy. Umiejętność zarządzania konfliktem i radzenia sobie ze stresem. Komunikatywność. Od 5 lat prowadzenie szkoleń, warsztatów, wykładów z zakresu Sztucznej Inteligencji oraz wykorzystania jej potencjału w różnych dziedzinach w tym w rozwoju firmy, sprzedaży, obsługi z uwzględnieniem zrównoważonego rozwoju i optymalizacji rozwoju przedsiębiorstw.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Opracowania własne trenera, skrypty szkoleniowe, prezentacja.

Informacje dodatkowe

Dla uczestników z dofinansowaniem min. 70% kwoty szkolenia - stawka „zw” – „§ 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”

Warunki techniczne

iOS: iOS 11

Windows: Windows 10 kompilacja 14393

Android: Android OS 5.0

Funkcje sieci Web. Najnowsza wersja przeglądarki Safari, Internet Explorer 11, Chrome, Edge lub Firefox

Komputer Mac: MacOS 10.13

Połączenie internetowe: wymagane jest połączenie internetowe przewodowe lub bezprzewodowe (3G, 4G, LTE) o następujących parametrach:

- dla transmisji wideo w jakości HD 720p minimalna przepustowość łącza internetowego wynosi: 1.5Mbps/1.5Mbps (wysyłanie/odbieranie).
- dla transmisji wideo w jakości FullHD 1080p minimalna przepustowość łącza internetowego wynosi: 3Mbps/3Mbps (wysyłanie/odbieranie).

Okres ważności linku: Link będzie ważny w dniach i godzinach wskazanych w harmonogramie usługi.

Kontakt



Justyna Hebda

E-mail justynahebda@letowskiconsulting.pl

Telefon (+48) 518 178 151