

STOWARZYSZENIE
RE

Brak ocen dla tego dostawcy

**Szkolenie - Sztuczna inteligencja w życiu
codziennym – praktyczne kompetencje dla
każdego**

Numer usługi 2025/10/21/187472/3094347

📍 Bielsko-Biała / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 10.01.2026 do 11.01.2026

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

312,50 PLN brutto/h

312,50 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Informatyka i telekomunikacja / Internet

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób dorosłych, które:

- chcą poznać praktyczne zastosowania sztucznej inteligencji w życiu codziennym,
- nie posiadają wcześniejszego doświadczenia technicznego,
- pragną rozwijać kompetencje cyfrowe i społeczne,
- chcą przełamać bariery w korzystaniu z nowych technologii.

Nie jest wymagana żadna wiedza informatyczna ani doświadczenie zawodowe w branży IT.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

6

Data zakończenia rekrutacji

09-01-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

16

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 praktycznego i bezpiecznego korzystania z narzędzi opartych na sztucznej inteligencji (AI) w codziennym życiu i pracy. Uczestnicy uczą się wykorzystywać AI do planowania, komunikacji, organizacji zadań, tworzenia treści i obsługi aplikacji, poznają podstawowe zasady bezpieczeństwa, etyki i ochrony danych. Szkolenie rozwija kompetencje cyfrowe i społeczne, buduje pewność w korzystaniu z nowych technologii i wzmacnia kompetencje przyszłości.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje pojęcie sztucznej inteligencji i jej zastosowania w codziennym życiu.	Wymienia przykłady narzędzi AI i opisuje ich funkcje.	Test teoretyczny
Wyjaśnia zasady działania popularnych narzędzi AI (ChatGPT, Canva, Copilot, DALL-E, CapCut).	Rozróżnia funkcje poszczególnych aplikacji.	Test teoretyczny
Opisuje zasady bezpiecznego i etycznego korzystania z AI.	Wymienia zagrożenia i sposoby ochrony danych osobowych.	Test teoretyczny
Tworzy treści tekstowe z wykorzystaniem narzędzi AI.	Pisze wiadomość, opis lub przepis z pomocą ChatGPT.	Test teoretyczny
Rozpoznaje fałszywe informacje i zachowuje bezpieczeństwo w Internecie.	Wskazuje przykłady nieprawdziwych treści i opisuje sposoby ich weryfikacji.	Test teoretyczny
Rozwija kompetencje cyfrowe	Posiada umiejętności samodzielnego stosowania AI w życiu codziennym	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Szkolenie ma charakter warsztatowo-praktyczny i obejmuje dwa dni intensywnej pracy z narzędziami opartymi na sztucznej inteligencji.

Uczestnicy poznają podstawowe pojęcia, uczą się korzystać z AI w planowaniu, komunikacji i tworzeniu treści oraz nabywają umiejętności generowania obrazów i prostych filmów.

Drugi dzień poświęcony jest praktycznemu wykorzystaniu AI w aplikacjach wspierających codzienne życie, zdrowie i rozwój, z naciskiem na bezpieczeństwo i etykę.

Zajęcia prowadzone są w formule interaktywnej – miniwykłady, ćwiczenia, praca indywidualna i grupowa.

Program rozwija także **zielone kompetencje (ESG)**: uczy ograniczania śladu cyfrowego, odpowiedzialnej komunikacji o ekologii oraz ponownego wykorzystania materiałów cyfrowych np:

Umiejętność praktycznego korzystania z technologii AI w codziennym życiu.

Rozumienie wpływu nowych technologii na środowisko i społeczeństwo.

Odpowiedzialne i etyczne korzystanie z danych i treści cyfrowych.

Świadome ograniczanie śladu cyfrowego (np. kompresja plików, ponowne wykorzystanie treści).

DZIEŃ 1- Wprowadzenie i pierwsze kroki z AI

1. Wprowadzenie do świata sztucznej inteligencji

- Czym jest AI, z czym nie jest
- Przykłady zastosowań AI w życiu codziennym (telefony, bankowość , tłumaczenia, nawigacja)
- Fakty i mity o sztucznej inteligencji

2. Jak AI może pomóc w życiu codziennym

- AI jako osobisty asystent - planowanie, przypomnienia, notatki
- Wykorzystanie AI w podróżach, gotowaniu, hobby
- Ćwiczenie : tworzenie planu dnia z pomocą AI

3. Praca z Chat GPT i podobnymi narzędziami

- Jak korzystać z Chat GPT krok po kroku (na komputerze i smartfonie)
- pisanie wiadomości, wyszukiwaniu informacji, tłumaczenia
- Ćwiczenia : rozmowa z AI w praktyce

4. Tworzenie praktycznych treści z pomocą AI

- pisanie listów, maili, tekstów użytkowych
- tworzenie przepisów, planów podróży, opisów zajęć
- Ćwiczenie : AI pomaga mi napisać - od pomysłu do gotowego tekstu

DZIEŃ 2 - Obrazy , bezpieczeństwo i praktyka

1. Generowanie obrazów i grafik z wykorzystaniem AI (np. Canva, DALL-E, Copilot Designer)

- Czym jest generowanie obrazów (np. Canva, DALL-E, Copilot Designer)
- Jak opisać pomysł, by AI stworzyło odpowiedni obraz
- Ćwiczenie : tworzenie kartki z życzeniami lub ilustracji

2. Przegląd narzędzi wspierających zdrowie, naukę i rozrywkę (2 ha)

- Jak AI wspiera zdrowie, ruch, naukę języków, planowanie budżetu
- Przegląd przydatnych aplikacji i serwisów
- Ćwiczenie : znajdź narzędzie, które Ci pomoże w Twoim życiu

3. Bezpieczeństwo i etyka w korzystaniu z AI

- Jak rozpoznać fałszywe informacje
- Ochrona danych osobowych

- Zasady etyczne korzystania ze sztucznej inteligencji

4.Podsumowanie i plan wdrożenia - jak wykorzystać AI po szkoleniu

5.Walidacja - test teoretyczny

Warunki lokalowe: szkolenie odbywa się w sali wyposażonej w rzutnik, flipchart, dostęp do internetu oraz stanowisko pracy z komputerem i smartfonem dla każdego uczestnika szkolenia organizator zapewnia komputer i smartfon oraz materiały dydaktyczne.

Walidacja: obejmuje test Walidacja potrwa 45 minut

Przerwy nie są liczone do godzin ogółem.

Usługa jest realizowana w godzinach dydaktycznych, łącznie 16 godziny

Godziny Teoretyczne: 5 h

Godziny Praktyczne: 11 h

Grupa docelowa:

- chcą poznać praktyczne zastosowania sztucznej inteligencji w życiu codziennym,
- nie posiadają wcześniejszego doświadczenia technicznego,
- pragną rozwijać kompetencje cyfrowe i społeczne,
- chcą przełamać bariery w korzystaniu z nowych technologii.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 14

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 14 Wprowadzenie do świata sztucznej inteligencji – czym jest, z czym nie jest	Dariusz Bogacki	10-01-2026	09:00	09:45	00:45
2 z 14 Przykłady zastosowań AI w życiu codziennym (telefony, bankowość, tłumaczenia, nawigacja)	Dariusz Bogacki	10-01-2026	09:45	10:30	00:45
3 z 14 Jak AI może pomóc w życiu codziennym – planowanie, gotowanie, hobby	Dariusz Bogacki	10-01-2026	10:30	12:00	01:30
4 z 14 Przerwa	Dariusz Bogacki	10-01-2026	12:00	12:30	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 14 Praca z ChatGPT i podobnymi narzędziami – pisanie wiadomości, tłumaczenia, planowanie	Dariusz Bogacki	10-01-2026	12:30	14:00	01:30
6 z 14 Tworzenie treści z pomocą AI: listy, przepisy, opisy – od pomysłu do gotowego tekstu	Dariusz Bogacki	10-01-2026	14:00	15:30	01:30
7 z 14 Generowanie obrazów i grafik z wykorzystaniem AI (Canva, DALL-E, Copilot Designer)	Dariusz Bogacki	11-01-2026	09:00	09:45	00:45
8 z 14 Ćwiczenia praktyczne – tworzenie kartki z życzeniami lub ilustracji	Dariusz Bogacki	11-01-2026	09:45	10:30	00:45
9 z 14 AI w zdrowiu, nauce i rozrywce – przegląd narzędzi i aplikacji	Dariusz Bogacki	11-01-2026	10:30	12:00	01:30
10 z 14 Przerwa	Dariusz Bogacki	11-01-2026	12:00	12:30	00:30
11 z 14 Bezpieczeństwo i etyka w korzystaniu z AI – ochrona danych, rozpoznawanie fake newsów	Dariusz Bogacki	11-01-2026	12:30	14:00	01:30
12 z 14 Zadanie końcowe: „AI w moim życiu” – plan wykorzystania AI	Dariusz Bogacki	11-01-2026	14:00	14:45	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 14 Przerwa	Dariusz Bogacki	11-01-2026	14:45	15:00	00:15
14 z 14 Walidacja	-	11-01-2026	15:00	15:45	00:45

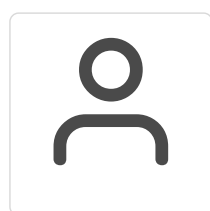
Cennik

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	312,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	312,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Dariusz Bogacki

Trener, doradca biznesowy i walidator z ponad 20-letnim doświadczeniem w biznesie, informatyce, edukacji, konsultingu i rozwoju kompetencji.

Od 2005 r. przeprowadził 2500+ godzin szkoleń dla 350+ organizacji oraz 5000+ godzin doradztwa indywidualnego i zespołowego. W roli walidatora zrealizował 300+ procesów potwierdzania efektów uczenia się, weryfikując wiedzę, umiejętności i kompetencje uczestników. Specjalizuje się w strategii i rozwoju firm/NGO, psychologii w biznesie, sprzedaży i negocjacjach, komunikacji, copywritingu i tworzeniu ofert, projektowaniu usług premium, ESG/BDO, zielonych i cyfrowych kompetencjach, marketingu i sprzedaży online, tworzeniu stron WWW oraz wykorzystaniu AI.

Doświadczenie ostatnich 5 lat to:

- zarządzanie softwarehousem (tworzenie i wdrożenie 23 systemów informatycznych, w tym 8 z zastosowaniem AI),
- przeprowadzenie 500+ godzin szkoleń, w tym:
 - 27 szkoleń z zakresu tworzenia stron internetowych i wykorzystania AI z cyfrowymi kompetencjami oraz 32 szkolenia z marketingu, sprzedaży i komunikacji w biznesie z cyfrowymi kompetencjami, w tym 23 szkolenia zawierające elementy ESG/BDO i zielone kompetencje,
- przeprowadzenie ponad 1000 godzin konsultacji i doradztwa w zakresie wdrażania i wykorzystania AI dla firm, NGO, instytucji oraz osób prywatnych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały dydaktyczne:

przewodnik po narzędziach AI,

zestaw ćwiczeń praktycznych,

lista aplikacji wspierających codzienne życie,

karta samooceny kompetencji cyfrowych.

Informacje dodatkowe

Podatnik nie jest płatnikiem podatku VAT, zwolnienie art.113 ust 1 ustawy o VAT

Adres

ul. Stefanii Sempołowskiej 19

43-305 Bielsko-Biała

woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Jolanta Gajdzińska

E-mail j.gajdzinska@gmail.com

Telefon (+48) 609 812 877