



KG CONSULTING  
Krzysztof Gregorek  
★★★★★ 5,0 / 5  
67 ocen

## AI w codziennej pracy i życiu – praktyczne zastosowania z Google Workspace i nowoczesnymi narzędziami. Szkolenie kończące się uzyskaniem kwalifikacji.

Numer usługi 2025/12/04/190292/3191885

📍 Paniówki / stacjonarna  
🏠 Usługa szkoleniowa  
🕒 20 h  
📅 07.02.2026 do 08.02.2026

5 200,00 PLN brutto  
5 200,00 PLN netto  
260,00 PLN brutto/h  
260,00 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Informatyka i telekomunikacja / Aplikacje biznesowe

### Grupa docelowa usługi

#### Szkolenie skierowane jest do:

- osób fizycznych powyżej 18 roku życia, zainteresowanych zdobyciem lub rozwojem kwalifikacji w zakresie wykorzystania sztucznej inteligencji (AI) w pracy zawodowej i codziennym życiu,
- pracowników działów marketingu, HR, administracji, sprzedaży i IT, którzy chcą zwiększyć swoją efektywność poprzez wykorzystanie generatywnej AI,
- menedżerów i liderów zespołów, poszukujących nowoczesnych narzędzi do zarządzania, analizy danych oraz automatyzacji zadań,
- przedsiębiorców, freelancerów i właścicieli firm, którzy chcą zastosować AI do automatyzacji procesów biznesowych, tworzenia treści, analiz czy komunikacji,
- osób planujących przebranżowienie lub rozwój kariery zawodowej w kierunku nowych technologii i pracy z wykorzystaniem AI.

### Minimalna liczba uczestników

5

### Maksymalna liczba uczestników

10

### Data zakończenia rekrutacji

06-02-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

20

### 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 samodzielnego i świadomego wykorzystywania narzędzi generatywnej sztucznej inteligencji (AI) w codziennej pracy biurowej, komunikacji i tworzeniu materiałów z wykorzystaniem środowiska Google Workspace oraz nowoczesnych aplikacji wspierających produktywność. Uczestnicy nauczą się automatyzować procesy, tworzyć i redagować dokumenty, prezentacje oraz korespondencję z pomocą AI, a także analizować dane, opracowywać podsumowania.

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

| Efekty uczenia się                                                                                                                                                               | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Metoda walidacji                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| Charakteryzuje zastosowanie sztucznej inteligencji w zwiększaniu efektywności pracy biurowej oraz w ograniczaniu negatywnego wpływu działalności administracyjnej na środowisko. | <p>Wyjaśnia pojęcia: sztuczna inteligencja, cyfryzacja, automatyzacja, niskoemisyjność.</p> <p>Analizuje wpływ AI na redukcję zużycia energii i materiałów.</p> <p>Identyfikuje narzędzia AI wspierające zieloną gospodarkę.</p> <p>Ocenia możliwości automatyzacji procesów biurowych dla oszczędności zasobów.</p> | Test teoretyczny                     |
| Stosuje narzędzia AI do cyfrowego opracowywania dokumentów i korespondencji w sposób ograniczający zużycie papieru.                                                              | <p>Opracowuje dokumenty z wykorzystaniem AI.</p> <p>Redaguje treści zgodnie z zasadami języka urzędowego.</p> <p>Wdraża cyfrowy obieg dokumentów (zielony workflow).</p> <p>Ocenia efektywność działań cyfrowych w kontekście ekologii.</p>                                                                          | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| Projektuje materiały wizualne i prezentacje z wykorzystaniem AI wspierające komunikację celów środowiskowych.                                                                    | <p>Dobiera narzędzia AI do tworzenia materiałów wizualnych.</p> <p>Tworzy slajdy i infografiki o tematyce ekologicznej.</p> <p>Integruje AI z narzędziami prezentacyjnymi.</p> <p>Ocenia estetykę i zgodność prezentacji z zasadami ESG.</p>                                                                         | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |

| Efekty uczenia się                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Metoda walidacji                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Organizuje i dokumentuje spotkania z wykorzystaniem AI, zapewniając efektywną komunikację i przejrzystość działań środowiskowych.</p> <p>Integruje narzędzia AI z systemami biurowymi w celu automatyzacji procesów i poprawy efektywności energetycznej.</p> <p>Stosuje zasady etycznego i odpowiedzialnego korzystania z narzędzi AI w kontekście ochrony danych i środowiska.</p> <p>Formułuje skuteczne prompty umożliwiające uzyskanie precyzyjnych rezultatów w pracy z narzędziami sztucznej inteligencji.</p> | <p>Wykorzystuje AI do transkrypcji i podsumowań spotkań.</p> <p>Tworzy raporty i listy zadań z rozmów.</p> <p>Analizuje wiarygodność treści generowanych przez AI.</p> <p>Opracowuje cyfrowe protokoły i podsumowania.</p> <p>Łączy narzędzia AI z pakietami Google Workspace i Microsoft 365.</p> <p>Tworzy automatyczne raporty środowiskowe i harmonogramy.</p> <p>Projektuje procesy ograniczające zużycie energii.</p> <p>Ocenia wpływ automatyzacji na efektywność ekologiczną.</p> <p>Wyjaśnia znaczenie etyki w kontekście AI.</p> <p>Analizuje ryzyka związane z danymi w systemach AI.</p> <p>Weryfikuje rzetelność treści generowanych przez algorytmy.</p> <p>Dobiera dobre praktyki zrównoważonego korzystania z technologii.</p> <p>Analizuje strukturę skutecznego promptu.</p> <p>Tworzy prompty dla różnych celów biurowych i środowiskowych.</p> <p>Koryguje błędy w komunikacji z AI.</p> <p>Ocenia skuteczność przygotowanych promptów.</p> | <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p> <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p> <p>Test teoretyczny</p> <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p> |

| Efekty uczenia się                                                                                     | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                                                                                    | Metoda walidacji                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| Projektuje materiał z zastosowaniem AI uwzględniający zasady zielonego biura i zrównoważonego rozwoju. | Dobiera odpowiednie narzędzia AI do realizacji zadania.<br><br>Opracowuje treść zgodną z zasadami efektywności ekologicznej.<br><br>Prezentuje materiał w formie cyfrowej (bez druku).<br><br>Ocenia jakość i zgodność projektu z ideą zielonego biura. | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| Ocenia wpływ indywidualnych postępowań na środowisko                                                   | Definiuje przyjmowanie w życiu prywatnym postawy zorientowanej na zrównoważony rozwój i zastanawia się nad wpływem własnych zachowań na środowisko                                                                                                      | Obserwacja w warunkach symulowanych  |

# 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               | Fundacja My Personality Skills                                                              |
| Nazwa Podmiotu certyfikującego                      | Fundacja My Personality Skills                                                              |

# Program

Szkolenie realizowane jest w formule warsztatowej, łączącej teorię z praktyką. Uczestnicy zdobywają wiedzę w trakcie bloków teoretycznych, a następnie ćwiczą umiejętności użyciem komputerów pod okiem trenera.

Zajęcia będą prowadzone w grupach - na jedno stanowisko przypadają 2 osoby, każda osoba samodzielnie wykona każde ćwiczenie.

Łączny czas szkolenia to **20 godzin dydaktycznych** (1 godzina = 45 minut), w tym **3,5 godzin teorii** i **15,5 godzin zajęć praktycznych**. W harmonogramie uwzględniono przerwy, które nie są wliczane w godziny szkolenia.

## **Dzień 1**

### **Blok 1: Wprowadzenie do sztucznej inteligencji w pracy biurowej i zielonej gospodarce**

- Czym jest AI i jak wpływa na efektywność pracy i środowisko
- Kluczowe pojęcia: automatyzacja, cyfryzacja, niskoemisyjność
- Przegląd narzędzi AI: ChatGPT, Gemini, Copilot, Canva AI
- Praktyczne przykłady zastosowań AI wspierających zielone biura (np. e-obieg dokumentów, raporty ESG)
- Dyskusja: które procesy można zautomatyzować dla oszczędności energii i surowców

### **Blok 2: AI w dokumentach i korespondencji – cyfrowe biuro bez papieru**

- Tworzenie i redagowanie pism urzędowych z pomocą AI
- Streszczanie i udoskonalanie tekstów, generowanie odpowiedzi w Gmail / Outlook
- Automatyzacja obiegu dokumentów – przykład zielonego workflow
- Ćwiczenia: tworzenie cyfrowych dokumentów i e-maili z użyciem AI

### **Blok 3: AI w prezentacjach i komunikacji wizualnej dla zrównoważonego rozwoju**

- Automatyczne tworzenie slajdów i infografik o tematyce ekologicznej
- Tworzenie materiałów wizualnych wspierających komunikację ESG
- Integracja AI z narzędziami Canva AI, Google Slides i PowerPoint
- Ćwiczenia: projektowanie prezentacji o działaniach prośrodowiskowych

### **Blok 4: AI w spotkaniach i pracy zespołowej**

- Automatyczna transkrypcja i podsumowanie spotkań
- Tworzenie list zadań i raportów z dyskusji (w tym dotyczących celów środowiskowych)
- Weryfikacja wiarygodności informacji generowanych przez AI
- Ćwiczenia: tworzenie cyfrowych protokołów i raportów

## **Dzień 2**

### **Blok 5: Automatyzacja i integracja narzędzi AI w ekobiurze**

- Integracja AI z Google Workspace i Microsoft 365
- Tworzenie automatycznych raportów środowiskowych, analiz i harmonogramów
- Przykłady automatyzacji procesów ograniczających zużycie energii i papieru
- Ćwiczenia: tworzenie raportów efektywności biurowej i śladu węglowego

### **Blok 6: Etyka, bezpieczeństwo i odpowiedzialne korzystanie z AI**

- Zasady etycznego korzystania z AI w kontekście środowiskowym
- Ochrona danych i prywatności w systemach AI
- Jak weryfikować informacje generowane przez AI
- Dobre praktyki w zrównoważonym wykorzystywaniu technologii

### **Blok 7: Promptowanie – skuteczna komunikacja z AI**

- Czym jest promptowanie i dlaczego ma znaczenie dla efektywności i ekologii
- Struktura skutecznego promptu – techniki i przykłady
- Ćwiczenia: tworzenie promptów dla celów biurowych, środowiskowych i raportowych

### **Blok 8: Mini-projekt końcowy – AI dla zielonego biura**

- Zadanie praktyczne: stworzenie dokumentu, raportu lub prezentacji z użyciem AI
- Tematy: raport ESG, kampania informacyjna, analiza danych środowiskowych
- Prezentacja efektów pracy
- Omówienie najlepszych praktyk i rekomendacji dalszego rozwoju kompetencji AI

### **Blok 9: Walidacja**

Szkolenie zakończy się egzaminem zewnętrznym, umożliwiającym uzyskanie kwalifikacji:

**Specjalista ds. zastosowań AI w środowisku Google Workspace**

Obszar 4: INTELIGENTNE TECHNOLOGIE INFORMACYJNE I KOMUNIKACYJNE

- 4.1 Technologie informacyjne i komunikacyjne
- 4.3 Technologie sztucznej inteligencji

Obszar 5: NOWOCZESNE USŁUGI BIZNESOWE I PRZEMYSŁY KREATYWNE

- 5.1 Technologie informacyjne i komunikacyjne
- 5.2 Tworzenie oprogramowania

Obszar 9: PRZEMYSŁY PRZYSZŁOŚCI

- 9.1 Technologie przetwarzania i analizy danych
- 9.2 Technologie wspierające automatyzację procesów biznesowych i technicznych
- 9.4 Technologie wspierające procesy zarządzania wiedzą i informacją

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 13

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                           | Prowadzący   | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>1 z 13</div> <b>Blok 1:</b><br>Wprowadzenie do sztucznej inteligencji w pracy biurowej i zielonej gospodarce | Jerzy Karpel | 07-02-2026            | 09:00               | 10:00               | 01:00         |
| <div>2 z 13</div> <b>Blok 2:</b> AI w dokumentach i korespondencji – cyfrowe biuro bez papieru                    | Jerzy Karpel | 07-02-2026            | 10:00               | 12:00               | 02:00         |
| <div>3 z 13</div> <b>Blok 3:</b> AI w prezentacjach i komunikacji wizualnej dla zrównoważonego rozwoju            | Jerzy Karpel | 07-02-2026            | 12:00               | 13:00               | 01:00         |
| <div>4 z 13</div> <b>Przerwa</b>                                                                                  | Jerzy Karpel | 07-02-2026            | 13:00               | 13:15               | 00:15         |
| <div>5 z 13</div> <b>Blok 3:</b> AI w prezentacjach i komunikacji wizualnej dla zrównoważonego rozwoju c.d        | Jerzy Karpel | 07-02-2026            | 13:15               | 14:15               | 01:00         |
| <div>6 z 13</div> <b>Blok 4:</b> AI w spotkaniach i pracy zespołowej                                              | Jerzy Karpel | 07-02-2026            | 14:15               | 17:00               | 02:45         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                       | Prowadzący   | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>7 z 13</b> Blok 5:<br>Automatyzacja i integracja narzędzi AI w ekobiurze                   | Jerzy Karpel | 08-02-2026            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |
| <b>8 z 13</b> Blok 6:<br>Etyka, bezpieczeństwo i odpowiedzialne korzystanie z AI              | Jerzy Karpel | 08-02-2026            | 11:00               | 12:00               | 01:00         |
| <b>9 z 13</b> Blok 7:<br>Promptowanie – skuteczna komunikacja z AI                            | Jerzy Karpel | 08-02-2026            | 12:00               | 13:00               | 01:00         |
| <b>10 z 13</b> Przerwa                                                                        | Jerzy Karpel | 08-02-2026            | 13:00               | 13:15               | 00:15         |
| <b>11 z 13</b> Blok 7:<br>Promptowanie – skuteczna komunikacja z AI c.d                       | Jerzy Karpel | 08-02-2026            | 13:15               | 14:15               | 01:00         |
| <b>12 z 13</b> Blok 8:<br>Mini-projekt końcowy – AI dla zielonego biura                       | Jerzy Karpel | 08-02-2026            | 14:15               | 16:00               | 01:45         |
| <b>13 z 13</b> Blok 9:<br>Walidacja (test teoretyczny i obserwacja w warunkach rzeczywistych) | -            | 08-02-2026            | 16:00               | 16:30               | 00:30         |

## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 5 200,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 5 200,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 260,00 PLN   |

|                                   |            |
|-----------------------------------|------------|
| Koszt osobogodziny netto          | 260,00 PLN |
| W tym koszt walidacji brutto      | 125,00 PLN |
| W tym koszt walidacji netto       | 125,00 PLN |
| W tym koszt certyfikowania brutto | 125,00 PLN |
| W tym koszt certyfikowania netto  | 125,00 PLN |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Jerzy Karpel

Stanowisko: Trener / Specjalista ds. Zarządzania Projektami IT i AI

Doświadczenie zawodowe:

Właściciel / Konsultant IT, własna działalność gospodarcza (2010 – obecnie)

Ekspert ds. AI i transformacji cyfrowej – projekty m.in. dla Teva (USA), Polfa Tarchomin, Grupa Żywiec, Eurocash (2018 – obecnie)

Ukończone szkolenia / certyfikaty:

2022 – Certyfikat PQM – Programme and Project Quality Management (UK)

2021 – Certyfikat AI w zarządzaniu procesami biznesowymi

2020 – Certyfikat wdrożeń systemów IT w przedsiębiorstwach produkcyjnych

2019 – Certyfikat zarządzania projektami IT

Opis doświadczenia:

Specjalista w zakresie zarządzania projektami IT, wdrażania złożonych systemów informatycznych oraz strategii sztucznej inteligencji w biznesie. Od 2010 roku prowadzi własną firmę, realizującą projekty dla dużych organizacji w Polsce i za granicą. W ostatnich 5 latach współtworzył i nadzorował wdrożenia systemów wspierających sprzedaż, produkcję i logistykę na skalę międzynarodową, a także opracowywał strategię AI i automatyzacji procesów biznesowych. Doświadczony trener i prelegent, autor warsztatów oraz szkoleń z zakresu transformacji cyfrowej i wykorzystania AI w zarządzaniu przedsiębiorstwami.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Autorski skrypt szkoleniowy w formie elektronicznej.

### Informacje dodatkowe

Informacja o zwolnieniu z VAT: Dz. U. poz. 1722 §3, ust. 1, pkt 14 z dnia 20 grudnia 2013 roku.

Usługa zostanie zrealizowana zgodnie z aktualnie obowiązującymi przepisami prawa i zaleceniami Ministra Zdrowia i Głównego Inspektoratu Sanitarnego.

**Zakres szkolenia i kompetencje, które nabędzie uczestnik są zielone na podstawie bazy danych ESCO – wykazu przykładowych zielonych umiejętności opracowanych przez KE w ramach klasyfikacji**

## Adres

ul. Zabrska 28b  
44-177 Paniówki  
woj. śląskie

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe

## Kontakt



**Krzysztof Gregorek**

**E-mail** [biuro@szkoleniafm.pl](mailto:biuro@szkoleniafm.pl)

**Telefon** (+48) 571 335 925