



KG CONSULTING  
Krzysztof Gregorek

★★★★★ 4,8 / 5  
311 ocen

**Szkolenie z AI w codziennej pracy i życiu –  
praktyczne zastosowania z Google  
Workspace i nowoczesnymi narzędziami,  
uwzględniające zielone kompetencje.  
Szkolenie zakończone uzyskaniem  
kwalifikacji.**

Numer usługi 2026/05/26/190292/3587997

- 📍 Paniówki
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📄 stacjonarna
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 16:00 h
- 📅 11.07.2026 do 12.07.2026

**6 076,20 PLN** brutto  
4 940,00 PLN netto  
379,76 PLN brutto/h  
308,75 PLN netto/h  
233,33 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

**Kategoria**

Informatyka i telekomunikacja / Internet

**Grupa docelowa usługi**

**Szkolenie skierowane jest do:**

- osób fizycznych powyżej 18 roku życia, zainteresowanych zdobyciem lub rozwojem kompetencji 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**

10-07-2026

**Forma prowadzenia usługi**

stacjonarna

**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 Google Workspace oraz nowoczesnych aplikacji produktywności, z naciskiem na rozwój zielonych kompetencji. Celem jest nabycie umiejętności stosowania AI w sposób efektywny, etyczny i zrównoważony, ograniczający zużycie papieru, energii i zasobów.

## 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>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>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
<p>Integruje narzędzia AI z systemami biurowymi w celu automatyzacji procesów i poprawy efektywności energetycznej.</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>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
<p>Stosuje zasady etycznego i odpowiedzialnego korzystania z narzędzi AI w kontekście ochrony danych i środowiska.</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>Test teoretyczny</p>
<p>Formułuje skuteczne prompty umożliwiające uzyskanie precyzyjnych rezultatów w pracy z narzędziami sztucznej inteligencji.</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>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Projektuje materiał z zastosowaniem AI uwzględniający zasady zielonego biura i zrównoważonego rozwoju.	<p>Dobiera odpowiednie narzędzia AI do realizacji zadania.</p> <p>Opracowuje treść zgodną z zasadami efektywności ekologicznej.</p> <p>Prezentuje materiał w formie cyfrowej (bez druku).</p> <p>Ocenia jakość i zgodność projektu z ideą zielonego biura.</p>	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

### Kwalifikacje niewłączone do ZSK

#### Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://my-ps.eu/dzialalnosc-miedzynarodowa/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://my-ps.eu/dzialalnosc-miedzynarodowa/>

#### Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację

Fundacja My Personality Skills

Nazwa Podmiotu certyfikującego

Fundacja My Personality Skills

## Program

Szkolenie skierowane jest do osób rozpoczynających pracę z narzędziami sztucznej inteligencji, pracowników biurowych oraz osób, które chcą poszerzyć swoje kompetencje o nowoczesne techniki cyfrowej pracy zgodnej z zasadami zrównoważonego rozwoju.

Szkolenie obejmuje kompleksowe przygotowanie uczestników do praktycznego wykorzystania narzędzi AI w codziennej pracy biurowej – od tworzenia dokumentów i korespondencji, przez prezentacje i komunikację wizualną, po automatyzację procesów i raportowanie środowiskowe. Program łączy wiedzę teoretyczną z intensywnymi zajęciami praktycznymi z zakresu obsługi narzędzi takich jak ChatGPT, Gemini, Copilot czy Canva AI. Szczególny nacisk położony jest na efektywne i odpowiedzialne korzystanie z AI, ograniczenie zużycia zasobów oraz pracę zgodną z zasadami ekobiura i zielonej gospodarki.

Szkolenie realizowane jest w formule warsztatowej, łączącej teorię z praktyką. Uczestnicy zdobywają wiedzę w trakcie bloków teoretycznych, a następnie samodzielnie ćwiczą umiejętności na rzeczywistych zadaniach biurowych, pod okiem trenera.

Zajęcia będą prowadzone w grupach – każdy uczestnik pracuje indywidualnie na własnym stanowisku, korzystając z laptopa, i samodzielnie wykonuje wszystkie ćwiczenia praktyczne przewidziane w programie.

Organizator zapewnia wszystkie niezbędne zasoby do przeprowadzenia szkolenia, w tym laptopy dla uczestników, dostęp do platform i narzędzi AI, materiały szkoleniowe w formie cyfrowej, przykładowe dokumenty i zestawy ćwiczeniowe, dostęp do środowisk Google Workspace i Microsoft 365 oraz pozostały sprzęt i oprogramowanie niezbędne do realizacji części teoretycznej i praktycznej szkolenia.

Szkolenie jest przeprowadzane w godzinach zegarowych. W harmonogramie uwzględniono przerwy, które wliczają się w czas trwania szkolenia.

## **Dzień 1**

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

- 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 (1h)**

- 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 (3h30min)**

- 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 (1h30min)**

- 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 (1h)**

- 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 (2h)**

- 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 (1h)**

- 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 (test teoretyczny, obserwacja w warunkach rzeczywistych)

Szkolenie zakończy się egzaminem zewnętrznym, umożliwiającym uzyskanie kwalifikacji:

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

Po zakończeniu szkolenia uczestnicy przystępują do egzaminu certyfikującego, który jest organizowany i oceniany przez podmiot zewnętrzny. Wyniki walidacji ogłaszane są bezpośrednio po zakończeniu szkolenia.

### 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 pozycji harmonogramu: 14

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 14</b> Blok 1: Wprowadzenie do sztucznej inteligencji w pracy biurowej i zielonej gospodarce	Zajęcia	MATEUSZ GREGOREK	11-07-2026	09:00	10:00	01:00
<b>2 z 14</b> Blok 2: AI w dokumentach i korespondencji – cyfrowe biuro bez papieru	Zajęcia	MATEUSZ GREGOREK	11-07-2026	10:00	11:00	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>3 z 14</b> Blok 3: AI w prezentacjach i komunikacji wizualnej dla zrównoważonego rozwoju	Zajęcia	MATEUSZ GREGOREK	11-07-2026	11:00	13:00	02:00
<b>4 z 14</b> -	Przerwa	-	11-07-2026	13:00	13:30	00:30
<b>5 z 14</b> Blok 3: Praktyka – aplikacja folii PPF na małe elementy z naciskiem na zrównoważoną pracę - c.d	Zajęcia	MATEUSZ GREGOREK	11-07-2026	13:30	15:00	01:30
<b>6 z 14</b> -	Przerwa	-	11-07-2026	15:00	15:30	00:30
<b>7 z 14</b> Blok 4: AI w spotkaniach i pracy zespołowej	Zajęcia	MATEUSZ GREGOREK	11-07-2026	15:30	17:00	01:30
<b>8 z 14</b> Blok 5: Automatyzacja i integracja narzędzi AI w ekobiurze	Zajęcia	MATEUSZ GREGOREK	12-07-2026	09:00	10:00	01:00
<b>9 z 14</b> Blok 6: Etyka, bezpieczeństwo i odpowiedzialne korzystanie z AI	Zajęcia	MATEUSZ GREGOREK	12-07-2026	10:00	12:00	02:00
<b>10 z 14</b> Blok 7: Promptowanie – skuteczna komunikacja z AI	Zajęcia	MATEUSZ GREGOREK	12-07-2026	12:00	13:00	01:00
<b>11 z 14</b> -	Przerwa	-	12-07-2026	13:00	13:30	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 14 Blok 8: Mini-projekt końcowy – AI dla zielonego biura	Zajęcia	MATEUSZ GREGOREK	12-07-2026	13:30	15:30	02:00
13 z 14 -	Przerwa	-	12-07-2026	15:30	16:00	00:30
14 z 14 -	Walidacja	-	12-07-2026	16:00	17:00	01:00

## Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00
w tym suma godzin zajęć	13:00
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	02:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:30

## 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 za 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	6 076,20 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 940,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	379,76 PLN

Koszt osobogodziny netto	308,75 PLN
W tym koszt walidacji brutto	984,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	800,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	553,50 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	450,00 PLN

## Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	16:00

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### MATEUSZ GREGOREK

Stanowisko: Trener / Specjalista ds. AI

Doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat wstecz od publikacji karty BUR.

Doświadczenie zawodowe:

Ekspert ds. AI i transformacji cyfrowej - KG Consulting Krzysztof Gregorek - obecnie

Ukończone szkolenia / certyfikaty:

2025 – Certyfikat ukończenia szkolenia "Agenci AI - podstawy budowania automatyzacji procesów biznesowych w zielonej gospodarce"

Opis doświadczenia:

Specjalista ds. AI i transformacji cyfrowej. W ramach pracy w KG Consulting Krzysztof Gregorek wspiera wykorzystanie narzędzi AI i automatyzacji procesów biznesowych, z uwzględnieniem zasad zrównoważonego rozwoju. Prowadzi szkolenia i warsztaty ukierunkowane na odpowiedzialne wdrożenia AI, które pomagają ograniczać marnotrawstwo zasobów (czas, energia, materiały), usprawniać obieg informacji oraz wspierać efektywność procesów. W pracy promuje podejście „green by design” – dobór rozwiązań adekwatnych do potrzeb, minimalizacja zbędnych działań oraz świadome wykorzystanie technologii w kontekście ESG.

# 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