



AMG Anna Garbat

★★★★★ 4,8 / 5
678 ocen

Budowanie profesjonalnego wizerunku i marki osobistej w mediach społecznościowych, tworzenie treści i skuteczna komunikacja online - szkolenie zakończone kwalifikacją

Numer usługi 2026/07/22/27427/3703119

📍 Pszczyna

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 16:00 h

📅 12.09.2026 do 13.09.2026

5 250,00 PLN brutto

5 250,00 PLN netto

328,13 PLN brutto/h

328,13 PLN netto/h

183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Informatyka i telekomunikacja / Aplikacje biznesowe

Grupa docelowa usługi

W szkoleniu mogą wziąć udział dorośle osoby indywidualne, które chcą z własnej inicjatywy rozwinąć kompetencje w zakresie budowania profesjonalnego wizerunku i skutecznej komunikacji w mediach społecznościowych oraz wykorzystać je w obecnej lub przyszłej pracy zawodowej. Szkolenie jest skierowane do osób planujących rozwój kariery, zmianę lub poszerzenie kwalifikacji, osób poszukujących pracy, freelancerów oraz osób rozwijających markę osobistą. Do udziału nie jest wymagane doświadczenie w prowadzeniu mediów społecznościowych. Uczestnik powinien posiadać podstawowe umiejętności obsługi komputera lub smartfona, korzystania z Internetu oraz aktywne konto w co najmniej jednym serwisie społecznościowym. Wymagany jest również własny smartfon z dostępem do Internetu.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

15

Data zakończenia rekrutacji

11-09-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Usługa „Budowanie profesjonalnego wizerunku i marki osobistej w mediach społecznościowych, tworzenie treści i skuteczna komunikacja online – szkolenie zakończone kwalifikacją” przygotowuje do samodzielnego budowania profesjonalnego wizerunku w mediach społecznościowych, tworzenia i publikowania treści, planowania komunikacji online, wykorzystywania narzędzi cyfrowych i AI oraz prowadzenia działań promocyjnych zgodnie z obowiązującymi zasadami i przepisami.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje zasady budowania profesjonalnego wizerunku i marki osobistej w mediach społecznościowych.	omawia elementy profesjonalnego profilu w mediach społecznościowych	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	charakteryzuje zasady budowania marki osobistej oraz określania grupy odbiorców	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	rozdziela funkcje i zastosowanie platform Facebook, Instagram i TikTok w komunikacji zawodowej	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Charakteryzuje zasady tworzenia treści oraz ich publikacji zgodnie z obowiązującymi przepisami i dobrymi praktykami. Projektuje i przygotowuje profesjonalny profil oraz treści do publikacji w mediach społecznościowych.	omawia strukturę skutecznego posta oraz podstawowe formaty publikacji	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	charakteryzuje zasady ochrony wizerunku, prawa autorskiego i wykorzystania materiałów w mediach społecznościowych	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	uzupełnia i optymalizuje profil zgodnie z zasadami budowania profesjonalnego wizerunku	Obserwacja w warunkach symulowanych
	opracowuje post i grafikę dostosowane do wybranej platformy społecznościowej	Obserwacja w warunkach symulowanych
Tworzy materiały fotograficzne i wideo przeznaczone do publikacji w mediach społecznościowych.	wykonuje zdjęcia zgodnie z zasadami kompozycji i doboru światła	Obserwacja w warunkach symulowanych
	nagrywa krótki materiał wideo z wykorzystaniem narzędzi mobilnych	Obserwacja w warunkach symulowanych
	montuje krótki materiał wideo z wykorzystaniem narzędzi mobilnych	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Planuje działania komunikacyjne z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych oraz AI.	opracowuje harmonogram publikacji obejmujący cykl treści	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykorzystuje narzędzia AI do przygotowania lub modyfikacji treści oraz ocenia ich przydatność przed publikacją	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje zasady odpowiedzialnej i etycznej komunikacji podczas prowadzenia działań w mediach społecznościowych.	stosuje zasady etyki, ochrony wizerunku oraz odpowiedzialnej komunikacji podczas przygotowywania materiałów	Obserwacja w warunkach symulowanych
	ocenia jakość przygotowanych treści i planuje działania służące rozwojowi własnych kompetencji w zakresie komunikacji online.	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://standardgccs.com/gccs-icvc/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://icvc.eu/kwalifikacje-icvc/>

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Podmiot walidujący - ICVC Certyfikacja Sp. z o.o.
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Instytucja Certyfikująca - Talent Odyssey Ltd

Program

Dla osiągnięcia celu edukacyjnego zakres tematyczny obejmuje

DZIEŃ 1 – Fundamenty, profil, marka osobista i pierwsze treści

Moduł 1. Media społecznościowe od zera – platformy i algorytmy

- Czym są media społecznościowe i jak wykorzystać je do celów zawodowych – od jednokierunkowej komunikacji do budowania relacji i zaufania.
- Przegląd kluczowych platform: Facebook, Instagram, TikTok – cele, grupy odbiorców, formaty i zasady korzystania.
- Ćwiczenie „Dobór idealnej platformy” – matryca decyzyjna: grupa odbiorców, typ treści, wybór platformy głównej i pomocniczej.

- Podstawy algorytmów Facebooka i Instagrama (ok. 20–30 min): dlaczego jedne posty mają zasięgi, kiedy publikować, czego unikać, co realnie zwiększa zasięgi.
- Zapowiedź narzędzi wykorzystywanych na szkoleniu: Canva, Instagram Edits, CapCut, Meta Business Suite, Claude i ChatGPT – z zaznaczeniem, że pracę z AI pokażemy dopiero w drugiej części szkolenia, gdy każda uczestniczka napisze już własne treści.

Moduł 2. Profesjonalny profil i marka osobista

- Jak wygląda profesjonalny profil: zdjęcie profilowe, zdjęcie w tle, BIO, opis działalności, dane kontaktowe, linki, wyróżnione relacje.
- Marka osobista – ćwiczenie „Dlaczego ktoś miałby obserwować właśnie mnie?”.
- Określenie własnej grupy odbiorców i celu komunikacji.
- Warsztat: uczestniczki na żywo uzupełniają i porządkują swój profil (zdjęcie, BIO, linki, wyróżnione relacje) pod opieką trenera.

Moduł 3. Fotografia smartfonem – zdjęcia, które sprzedają

- Ustawienia smartfona i kompozycja: siatka trójkątna, blokada ostrości/ekspozycji (AF/AE Lock), praca ze światłem naturalnym i sztucznym.
- Rodzaje zdjęć potrzebnych w komunikacji zawodowej: zdjęcie wizerunkowe, zdjęcia produktu/usługi, zdjęcia miejsca pracy, zdjęcia „behind the scenes”.
- Fotografowanie bez pokazywania twarzy osób trzecich (np. z uwagi na brak zgód RODO).
- Szybka edycja zdjęć w Canvie: kadrowanie pod formaty social media (1:1, 4:5, 9:16), korekta jasności i kontrastu.

Moduł 4. Pisanie własnych postów i podstawy prawa w social mediach

- Anatomia skutecznego posta: hook (haczyk), treść właściwa, call to action.
- Formaty postów – zdjęcie pojedyncze, karuzela, post tekstowy – kiedy stosować który.
- Warsztat: każda uczestniczka samodzielnie, bez wsparcia AI, pisze 2–3 własne posty na bazie swojego tematu lub wydarzenia zawodowego.
- Prawo autorskie i ochrona wizerunku (RODO): zgody na publikację, legalne źródła muzyki i grafik.
- Podsumowanie dnia 1: przegląd uzupełnionych profili i napisanych postów, feedback trenera.

DZIEŃ 2 – Stories, wideo, AI i warsztat końcowy z walidacją

Moduł 5. Stories i codzienna komunikacja

- Rola Stories w budowaniu codziennej, bliskiej relacji z odbiorcami.
- Narzędzia Stories: ankiety, quizy, pytania, naklejki, relacje na żywo.
- Planowanie prostego „rytmu” Stories – co pokazywać na co dzień bez dużego nakładu pracy.
- Ćwiczenie: nagranie serii 3 Stories z wykorzystaniem minimum dwóch naklejek interaktywnych.

Moduł 6. Nagrywanie wideo – pokonanie bariery kamery

- Jak mówić do kamery: gdzie patrzeć, jak oddychać, jak radzić sobie ze stresem i treścią.
- Budowanie prostego scenariusza wideo: hook w pierwszych 3 sekundach, rozwinięcie, podsumowanie.
- Nagrywanie pionowe (9:16) pod Reels/Shorts/TikTok, stabilizacja obrazu, nagrywanie ujęć uzupełniających (B-roll).
- Ćwiczenie: nagranie swojej pierwszej rolki – krótka wypowiedź do kamery połączona z ujęciami B-roll.

Moduł 7. Montaż wideo i wsparcie AI w tworzeniu treści

- Montaż na telefonie: Instagram Edits (szybki montaż bez opuszczania aplikacji) i CapCut (automatyczne napisy, muzyka, przejścia).
- Podkładanie muzyki z legalnych, darmowych źródeł.
- Asystenci AI (Claude, ChatGPT) jako wsparcie w tworzeniu treści – dopiero teraz, gdy uczestniczki już same napisały swoje posty w Module 4:
 - „A teraz zobaczcie, jak może pomóc Wam AI” – zestawienie własnego posta uczestniczki z wariantami wygenerowanymi przez AI.
 - Do czego warto użyć: warianty hooków, szkielety opisu, plan cyklu 3–5 postów, dostosowanie tonu i długości tekstu pod platformę.
 - Czego AI nie zastąpi: własnego głosu i konkretnych faktów – wygenerowany tekst zawsze wymaga edycji i sprawdzenia.
 - Przykładowe polecenia (prompty) omawiane na żywo: „Zaproponuj 5 wariantów hooka do posta o [temat] w moim stylu”; „Skróć ten opis do wersji pod Stories”; „Rozpisz plan 4 postów wokół [wydarzenie]”.
 - Ćwiczenie: uczestniczka prosi AI o warianty do jednego ze swoich postów z Modułu 4, porównuje je z własną wersją i wybiera lub edytuje najlepszy wariant.

Moduł 8. Kampanie organiczne, planowanie publikacji i warsztat końcowy z walidacją

- Czym jest bezpłatna kampania organiczna – planowanie cyklu 3–5 spójnych treści wokół jednego wydarzenia zawodowego.
- Planowanie i harmonogramowanie publikacji w Meta Business Suite.
- Warsztat końcowy – pełny mini-projekt uczestniczki: uzupełnia profil, przygotowuje BIO, tworzy grafikę, pisze post, nagrywa rolkę, planuje publikację, publikuje lub przygotowuje materiał do publikacji.

- Walidacja: test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie, obserwacja w warunkach symulowanych

Przerwy i walidacja zgodna z harmonogramem.

Warunki organizacyjne:

- każdy uczestnik pracuje na swoim komputerze lub własnym urządzeniu mobilnym z dostępem do internetu,
- zajęcia odbywają się w grupach do 20 osób
- przerwy wliczają się w czas trwania usługi
- czas trwania usługi obejmuje okres niezbędny do wydania dokumentu potwierdzającego uzyskanie kwalifikacji
 - zajęcia prowadzone w formie łączącej teorię i ćwiczenia praktyczne,
 - metody walidacji: test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie, obserwacja w warunkach symulowanych
 - czas usług obejmuje czas oczekiwania na wynik walidacji

Sposób organizacji walidacji i nadzór nad procesem walidacji

Walidacja przeprowadzana jest przez podmiot zewnętrzny **ICVC Certyfikacja Sp. z o.o.** na podstawie akredytacji wydanej przez instytucję certyfikującą **Talent Odyssey Ltd.** Egzamin obejmuje część teoretyczną realizowaną z wykorzystaniem platformy online oraz część praktyczną przeprowadzaną w warunkach symulowanych.

W przypadku testu teoretycznego przeprowadzanego z wykorzystaniem platformy online uczestnik otrzymuje indywidualny login i hasło umożliwiające dostęp do testu. Wyniki części teoretycznej weryfikowane są przez egzaminatora merytorycznego ICVC Certyfikacja Sp. z o.o., który dokonuje oceny zgodnie z wymaganiami kwalifikacji.

1. Część teoretyczna – test wiedzy

Uczestnik przystępuje do testu wiedzy w miejscu realizacji usługi podczas stacjonarnej walidacji. Test realizowany jest na platformie online z wykorzystaniem własnego telefonu komórkowego, tabletu lub laptopa uczestnika. Przed rozpoczęciem walidacji uczestnik otrzymuje indywidualny login i hasło umożliwiające dostęp do platformy testowej. Po zakończeniu testu system automatycznie generuje wynik, który stanowi podstawę oceny części teoretycznej.

2. Część praktyczna – obserwacja w warunkach symulowanych

Przed rozpoczęciem części praktycznej uczestnik otrzymuje zadanie odnoszące się do przygotowania i realizacji działań związanych z budowaniem profesjonalnego wizerunku oraz komunikacją w mediach społecznościowych.

Po pozytywnym zakończeniu procesu walidacji uczestnik uzyskuje kwalifikację: „**OBSŁUGA SOCIAL MEDIÓW Z ELEMENTAMI GRAFIKI KOMPUTEROWEJ**”.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 15 Moduł 1. Media społecznościowe od zera – platformy i algorytmy	Zajęcia	Kamila Krupanek	12-09-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 15 -	Przerwa	-	12-09-2026	11:00	11:15	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 15 Moduł 2. Profesjonalny profil i marka osobista	Zajęcia	Kamila Krupanek	12-09-2026	11:15	13:15	02:00
4 z 15 -	Przerwa	-	12-09-2026	13:15	13:45	00:30
5 z 15 Moduł 3. Fotografia smartfonem – zdjęcia, które sprzedają	Zajęcia	Kamila Krupanek	12-09-2026	13:45	15:15	01:30
6 z 15 -	Przerwa	-	12-09-2026	15:15	15:30	00:15
7 z 15 Moduł 4. Pisanie własnych postów i podstawy prawa	Zajęcia	Kamila Krupanek	12-09-2026	15:30	17:00	01:30
8 z 15 Moduł 5. Stories i codzienna komunikacja	Zajęcia	Kamila Krupanek	13-09-2026	09:00	11:00	02:00
9 z 15 -	Przerwa	-	13-09-2026	11:00	11:15	00:15
10 z 15 Moduł 6. Nagrywanie wideo – pokonanie bariery kamery	Zajęcia	Kamila Krupanek	13-09-2026	11:15	13:15	02:00
11 z 15 -	Przerwa	-	13-09-2026	13:15	13:45	00:30
12 z 15 Moduł 7. Montaż wideo i wsparcie AI w tworzeniu treści	Zajęcia	Kamila Krupanek	13-09-2026	13:45	15:15	01:30
13 z 15 -	Przerwa	-	13-09-2026	15:15	15:30	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
14 z 15 Moduł 8. Kampanie, planowanie publikacji, warsztat końcowy	Zajęcia	Kamila Krupanek	13-09-2026	15:30	16:30	01:00
15 z 15 -	Walidacja	-	13-09-2026	16:30	17:00	00:30

Podsumowanie

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

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 250,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 113 ust. 1 ustawy o VAT ze względu na wartość sprzedaży	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 250,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	328,13 PLN
Koszt osobogodziny netto	328,13 PLN
W tym koszt walidacji brutto	170,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	170,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	50,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	16:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Kamila Krupanek

Trenerka kompetencji cyfrowych specjalizująca się w pracy z osobami dorosłymi, w tym z osobami rozpoczynającymi korzystanie z technologii, osobami 50+ oraz osobami zagrożonymi wykluczeniem cyfrowym. Posiada udokumentowane doświadczenie szkoleniowe w pracy z osobami dorosłymi oraz doświadczenie realizacji działań edukacyjnych w projektach współfinansowanych ze środków UE.

Jest praktykiem w zakresie video marketingu. Od 2024 roku realizuje także działania w obszarze komunikacji cyfrowej i marketingu, współtworząc materiały promocyjne i wideo na zlecenie komercyjne oraz współpracując z firmą marketingową przy budowaniu wizerunku w mediach społecznościowych. W 2025 roku ukończyła certyfikowane szkolenie z zakresu nowoczesnego marketingu i komunikacji online.

Od 2024 roku zrealizowała ok. 480 godzin szkoleń rozwijających praktyczne kompetencje cyfrowe oraz wykorzystanie narzędzi AI w codziennym życiu i pracy, w tym szkolenie „Wprowadzenie do Świata Technologii Informacyjno-Komunikacyjnych”. W 2025 roku prowadziłam również szkolenie „Kręć to dobrze! – Tworzenie atrakcyjnych rolek na social media od podstaw”, rozwijające kompetencje uczestników w zakresie świadomego tworzenia treści wizualnych i komunikacji w środowisku cyfrowym.

Osoba prowadząca usługę ma kwalifikacje i doświadczenie zgodne z tematyką usługi zdobyte w ostatnich 5 latach przed publikacją usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Skrypt w wersji drukowanej. Na życzenie osób ze szczególnymi potrzebami Usługodawca zapewni materiały zapewniające dostępność, np. materiały w wersji elektronicznej umożliwiające powiększanie czcionki, użycie czytnika tekstu

Informacje dodatkowe

- Informacja dot. VAT: Usługi świadczone przez AMG Anna Garbat są podmiotowo zwolnione z VAT, na podstawie **art. 113 ust. 1 ustawy o VAT**. Tzn. usługa pozostaje zwolniona z VAT niezależnie od tego, czy uczestnik korzysta z dofinansowania, czy płaci za usługę samodzielnie.

W przypadku finansowana ze środków publicznych w wysokości co najmniej 70%, dodatkowo może mieć zastosowanie zwolnienie przedmiotowe z § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r.

Oznacza to, że:

-bez dofinansowania lub z dofinansowaniem poniżej 70% — zwolnienie z VAT wynika z art. 113 ust. 1 ustawy o VAT,

-z dofinansowaniem ze środków publicznych na poziomie co najmniej 70% — usługa nadal jest zwolniona z VAT, tj. § 3 ust. 1 pkt 4 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r.

- Warunkiem uznania usługi za ukończoną oraz dopuszczenia uczestnika do walidacji jest zachowanie frekwencji na poziomie 80% łącznej liczby godzin usługi

Adres

ul. W. Jagiełły 1
43-200 Pszczyna
woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Anna Garbat

E-mail amg@dofinansowanieszkolenia.eu

Telefon (+48) 600 123 835