

TWOJE BEZPIECZEŃSTWO

KSC - NIS 2

W ŚWIECIE CYBER

I AI

Część 3 Dziecko i Ty

Wydanie 3 aktualizacja 2026

Gołębiowski Dariusz

Audytor Wiodący Systemu

Wydawnictwo: poswojsku.pl sp. z o.o. | Bezpieczeństwa Informacji ISO 27001

NOTA WYDAWCY

Wszelkie prawa do zawartości tej książki są zastrzeżone. Nieautoryzowane przez autora i/lub wydawnictwo poswojsku.pl rozpowszechnianie całości lub dowolnego fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek postaci jest zabronione. Wykonanie kopii jakąkolwiek z dostępnych metod (między innymi: elektroniczną, kserograficzną, fotograficzną) spowoduje naruszenie praw autorskich niniejszego dzieła.

*OD AUTORA: Pamiętaj proszę- uszanuj zaangażowanie oraz godziny pracy, które spędziłem nad napisaniem oraz opracowaniem książki: **Twoje bezpieczeństwo w świecie cyber i AI Część 3 Dziecko i Ty – używaj tylko leganie kupiony ebook.***

Wydawnictwo poswojsku.pl:

- 1. dołożyło wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne, poprawne oraz rzetelne,*
- 2. nie ponosi żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody, które mogą wyniknąć z wykorzystania informacji zawartych w tej książce.*

Autor: Dariusz Gołębiowski - www.gddm.com.pl

Wydawnictwo poswojsku.pl – kontakt:

Strona firmowa: www.poswojsku.pl

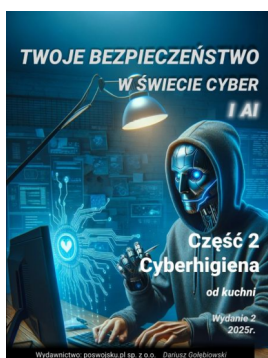
e-mail: marketing@poswojsku.pl

ul. Paprocka 86, 98–220 Zduńska Wola

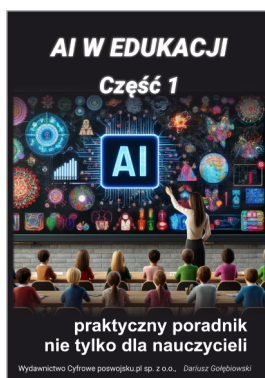
ISBN: 978-83-68360-24-0

Copyright © poswojsku.pl 2026

Autor: Gołębiowski Dariusz



**Zaczytaj się z poswojsku.pl
propozycje wydawnicze:**



TWOJE BEZPIECZEŃSTWO W ŚWIECIE CYBER I AI

CZĘŚĆ 3 - DZIECKO I TY



SPIIS TREŚCI

Spis treści

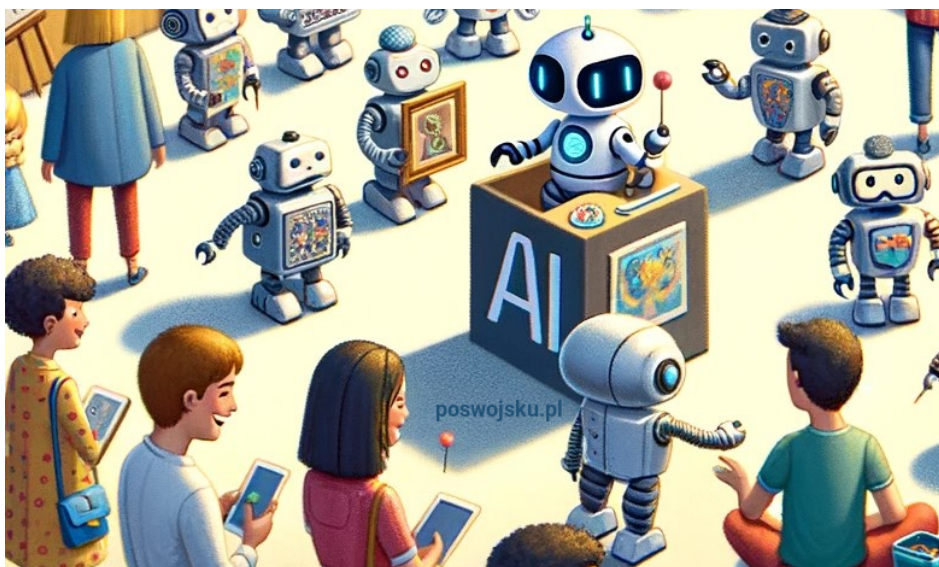
NOTA WYDAWCY.....	2
TWOJE BEZPIECZEŃSTWO W ŚWIECIE CYBER I AI.....	4
 SPIS TREŚCI.....	5
OD AUTORA.....	11
WPROWADZENIE.....	15
Rozdział 1 BEZPIECZEŃSTWO DZIECI W CYFROWYM ŚWIECIE.....	20

RODZAJE CYBERZAGROŻEŃ W CODZIENNYM ŻYCIU NASZYCH DZIECI.....	22
Cyberprzemoc.....	24
Grooming.....	26
Sexting.....	31
Cyberstalking.....	32
Oszustwa internetowe.....	33
Uzależnienie od Internetu.....	35
<i>Gry oraz aplikacje społecznościowe</i>	38
JAK ROZPOZNAĆ CYBERPRZEMOC W ODNIESIENIU DO DZIECKA.....	42
JAK ZADBAĆ O BEZPIECZEŃSTWO DZIECI W CYFROWYM ŚWIECIE.....	46
<i>Podstawowe zasady bezpieczeństwa</i>	48
Podsumowanie.....	56
KONTROLA RODZICIELSKA.....	58
WINDOWS.....	59

Linux.....	68
Android.....	75
TWOJE DZIECKO W ŚWIECIE SZTUCZNEJ INTELIGENCJI – ZAGROŻENIA EGZYSTENCJONALNE.....	79
RODZINNY KOMPAS CYFROWEGO BEZPIECZEŃSTWA.....	99
Dlaczego bezpieczeństwo cyfrowe to sprawa całej rodziny.....	100
Zasady zamiast zakazów.....	101
Kontrola rodzicielska to wsparcie, nie podsłuch.....	102
Gdy coś pójdzie nie tak – najważniejsza zasada.....	103
Mini-deklaracja rodzinna (do własnego użytku).....	104
Jedno zdanie, które dziecko powinno zapamiętać.....	105
Na zakończenie.....	106
Rozdział 2 TWOJE BEZPIECZEŃSTWO W CYFROWYM ŚWIECIE.....	107
BEZPIECZNE POBIERANIE ZDJĘĆ I INNYCH ZASOBÓW Z INTERNETU.....	109
Grafika przedstawia narzędzie do robienia zdjęć stronom lub ich wycinkom	

fundacji Mozilla – jest zawarte wewnątrz przeglądarki FireFox – w mojej opinii najbezpieczniejszej oraz najlepszej obecnie przeglądarki internetowej.	110
ZOSTAŁEM/AM ZHAKOWANY/A, STRACIŁEM/AM KONTO SPOŁECZNOŚCIOWE – CO ZROBIĆ?.....	123
Utrata konta społecznościowego - następstwa prawno-społeczne.....	124
Utrata konta - co zrobić?.....	127
BEZPIECZNE HASŁA I ICH PRZECHOWYWANIE.....	131
Jak bezpiecznie przechowywać loginy i hasła?.....	134
MENEDŻER HASEŁ KEEPASS.....	137
Bezpieczeństwo haseł jako element cyberhigieny.....	138
KeePass - instalacja i obsługa menedżera haseł.....	139
BEZPŁATNE METODY SZYFROWANIA: DYSKÓW SYSTEMOWYCH, NOŚNIKÓW DANYCH, FOLDERÓW, PLIKÓW.....	151
Wyjaśnienie podstawowych pojęć.....	154
Przykłady praktycznego zastosowania kodowania.....	156

<i>Przykłady praktycznego zastosowania szyfrowania</i>	158
Kodowanie – inne, praktyczne przykłady.....	159
Szyfrowanie – inne, praktyczne przykłady.....	160
Bezpieczeństwo uzyskiwane poprzez szyfrowanie.....	163
NARZĘDZIA DO SZYFROWANIA – PRZEGLĄD ROZWIĄZAŃ.....	165
Oprogramowanie bezpłatne do szyfrowania - przegląd.....	173
PODSUMOWANIE.....	178
PODZIĘKOWANIA.....	182
Informacje o prawach autorskich i moich utworach.....	185
 POZNAJ INNE MOJE KSIĄŻKI.....	186
 SZKOLENIA I WEBINARY.....	190
 ZOSTAŃMY W KONTAKCIE!.....	193
Prawa autorskie i znaki towarowe.....	194



Autor: Dariusz Gołębiowski

OD AUTORA

Drodzy Czytelnicy,

Cyfrowe ślady, które codziennie zostawiamy, mogą być równie wyraźne jak nasze odciski palców. W świecie, w którym każde kliknięcie i każda interakcja online ma swoje konsekwencje, niezbędna jest świadomość, jak chronić siebie oraz swoich najbliższych – szczególnie nasze dzieci, które rodzą się po to, aby równolegle istnieć w dwóch światach: rzeczywistym i cyfrowym.

Decydując się na napisanie tej książki, a szczególnie Części 3 - chciałem stworzyć most między światem bardzo złożonych cyberzagrożeń, a codziennymi doświadczeniami milionów rodziców oraz dzieci. Część 3 - "Dziecko i Ty", to nie tylko zbiór poradników oraz wskazówek, to także zaproszenie do refleksji nad sposobem, w jaki technologia poprzez świat wirtualny kształtuje naszą wspólną rzeczywistość i wpływa na

przyszłość naszych pociech.

Przedstawiam w tym poradniku, jak w prosty i praktyczny sposób zadbać o cyfrowe bezpieczeństwo rodziny, jak rozpoznać cyberprzemoc i jej przeciwdziałać. Wskazuję także - jak mądrze korzystać z kontroli rodzicielskich dostępnych na różnych platformach (systemach operacyjnych). Pragnę również zwrócić Twoją uwagę na nieoczywiste ryzyka związane ze sztuczną inteligencją. Prędzej lub później, ale na za to na pewno – staną się częścią życia Twojego kochanego dziecka.

Ten poradnik jest przeznaczony właściwie dla wszystkich – niezależnie od stopnia zaawansowania w świecie technologii. Nie potrzebujesz być ekspertem, aby zrozumieć opisane tutaj rozwiązania technologiczne. Dzięki moim poradom możesz wprowadzić zmiany, które ochronią to, co najcenniejsze – bezpieczeństwo Twoje i Twoich dzieci.

Przewodnik, który za chwilę przeczytasz, to efekt lat doświadczeń, nauki i obserwacji. Mam nadzieję, że stanie się on Twoim prywatnym kompasem w cybernetycznym świecie,

który każdego dnia staje się coraz to większą częścią naszego "realnego" życia.

Podsumowując - mam nadzieję, że ten poradnik stanie się dla Ciebie niezmiernie cennym źródłem fachowej wiedzy oraz inspirujących pomysłów, które spowodują, że Ty i Twoja rodzina będziecie bardziej bezpieczni w świecie cyber.

**Z wyrazami
szacunku:**

Dariusz Gołębiowski

Autor poleca

Serdecznie zapraszam do kontaktu. Znajdziesz mnie poprzez Wydawnictwo Cyfrowe poswojsku.pl, moją stronę www, ale także na popularnych portalach społecznościowych, m.in.: FB, In, youtube.com/@poswojsku.



*Gdybyś szukał/a szkoleń tradycyjnych czy też on-line dla Ciebie
- prywatnie i/lub Twojej organizacji z omawianych tutaj
tematów - serdecznie zapraszam do skorzystania z moich
usług ;): www.gddm.com.pl szkolenia oraz doradztwo -
cyberbezpieczeństwo, AI, RODO, programowanie (Python,
JavaScript, HTML, CSS, PHP, SQL).*

WPROWADZENIE

ZAPOBIEGAJ ZAMIAST LECZYĆ - !!!!
od rozmowy - poprzez aktywne czynności
do bezpieczeństwa Twojego dziecka

Żyjemy w niesamowitej erze cyfrowej, gdzie granice między światem online a offline zacierają się z dnia na dzień. Nasze urządzenia stały się czymś w rodzaju przedłużenia nas samych. Są to narzędzia wielozadaniowe. Mogą służyć do: pracy, nauki, zabawy. Często robią za tzw. „zabijacze czasu”. Wiele osób, gdy się nudzi lub jest zmęczonych to po prostu ... klika :). Jednakże, jak wszystkie narzędzia, mogą być one źródłem niebezpieczeństwa. Szczególnie, gdy zostaną użyte nieumiejętnie czy też po prostu w głupi, nieodpowiedzialny sposób. Dlatego właśnie powstał ten poradnik. Chcę dać Wam – Drodzy Czytelnicy - narzędzia, wiedzę i świadomość, niezbędne do bezpiecznej nawigacji w cyfrowym świecie. I to zarówno dla Ciebie, jak i Twoich kochanych dzieci.

Pozwól, że na początku napiszę kilka słów, na temat kolejnych rozdziałów tej książki, nad którymi wspólnie się pochylimy.

Rozdział 1: Bezpieczeństwo dzieci w cyfrowym świecie

W pierwszym rozdziale zajmiemy się tym, co jest fundamentem naszego codziennego spokoju – bezpieczeństwem naszych dzieci online. Dowiesz się o różnych rodzajach cyfrowych zagrożeń, które czyhają na Ciebie i Twoich bliskich w internecie oraz o tym, jak je rozpoznać. Otrzymasz praktyczne porady pomagające w rozwiązaniu wielu problemów związanych z cyberbezpieczeństwem i AI. Najważniejsze zagadnienia wypunktowałem poniżej.

- Jak dbać o bezpieczeństwo cyfrowe najmłodszych, równocześnie nie zapominając o kontroli rodzicielskiej w różnych systemach operacyjnych.***
- Jak rozpoznać cyberprzemoc w odniesieniu do dziecka. Pamiętaj: zapobiegaj zamiast leczyć, ale czasami już nie da się chronić dziecka przed zagrożeniem. Trzeba potrafić je skutecznie rozpoznać i pomóc córce/synowi w rozwiązaniu cyfrowego problemu.***
- Co to jest kontrola rodzicielska i jak ją skutecznie***

wdrożyć. Omówię kilka systemów operacyjnych.

- ***Poruszę także kwestię sztucznej inteligencji i jej wpływu na dzieci. Krótko omówimy najważniejsze zagrożenia dla najmłodszych związane z AI, które mogą nie być od razu widoczne.***

Rozdział 2: Twoje bezpieczeństwo w cyfrowym świecie

Twoje bezpieczeństwo jest równie ważne, co Twoich bliskich. Przecież jesteś wzorem, przykładem zachowania w świecie cyber dla całej rodziny oraz najbliższych. A przynajmniej tak być powinno :).

W tym rozdziale wskażę m.in.:

- ***Jak bezpiecznie pobierać zdjęcia oraz inne zasoby z internetu.***
- ***Dowiesz się także jak należy postępować, gdy wydarzy się nieszczęście i padniesz ofiarą cyberataku.***
- ***Wspólnie przejdziemy przez sekrety tworzenia i przechowywania bezpiecznych haseł.***

- ***Omówimy także podstawy szyfrowania danych, które dodadzą kolejną warstwę ochrony Twojej prywatności. Skupimy się w tym zakresie na bezpłatnym oprogramowaniu do szyfrowania, typu: 7Zip i VeraCrypt. Są to niezbędne narzędzia w arsenale każdego użytkownika internetu.***

Rozdział 1

BEZPIECZEŃSTWO

DZIECI W

CYFROWYM

ŚWIECIE



RODZAJE CYBERZAGROŻEŃ W CODZIENNYM ŻYCIU NASZYCH DZIECI



Istnieją wiele rodzajów cyberzagrożeń dla dzieci, które mogą prowadzić do bardzo poważnych konsekwencji dla:

- dzieci,*
- rodzin,*
- lokalnych społeczności, w tym także - społeczności szkolnej,*
- społeczeństwa jako całości w pewnej perspektywie czasu.*

Poznanie wroga, jest podstawą do skutecznej z nim walki. Tą analogię wojenną przełożę na rzeczywistość która nas otacza. Zatem poznamy kilka najważniejszych cyfrowych niebezpieczeństw, z którymi do czynienia mają nasze kochane dzieci.

Cyberprzemoc

Jest to bardzo ogólne pojęcie, pod którym może się kryć wiele różnych, złych czynów. Między innymi przemoc dokonywana za pośrednictwem:

- *sieci www*
(portale społecznościowe, gry internetowe, fora tematyczne, AI – np. poprzez tzw. fake newsy, itp.),
- *urządzeń elektronicznych*
(smartfony, komputery stacjonarne, laptopy, tablety, konsole do gier, itp.).

Cyberprzestępcy wykorzystują nowoczesne technologie IT (informacyjne oraz komunikacyjne) do wyrządzania krzywdy pojedynczym osobom i/lub całej grupie.

Zazwyczaj cyber przemoc przybiera wymiar:

- *psychiczny,*
- *społeczny,*

ale może prowadzić do negatywnych skutków także w świecie realnym – wymiar fizyczny. Bardzo często cyberprzemoc jest przejawem agresji rówieśniczej.

Obecnie z cyberprzemocą silnie związany jest rozwój sztucznej inteligencji. Z wykorzystaniem AI powstają różnorodne nieprawdziwe, czyli „fakowe” informacje, które mogą np. ośmieszać dane dziecko czy całą grupę małoletnich osób. Technologia sprzyja w tym przypadku szerzeniu się tzw. wiadomości fakowych. A niestety nie ma narzędzi, które jednoznacznie wskazywałyby, czy dana wiadomość tekstowa, graficzna czy multimedialna – jest prawdziwa czy też tylko wygenerowana przez AI. Jeżeli ten stan rzeczy utrzyma się dłużej, to możemy być świadkiem wielu tragedii. Zarówno wśród dzieci jak i osób dorosłych.

Grooming

jest to proces, w ramach którego osoba dorosła:

- *nawiązuje relację z dzieckiem,*
- *manipuluje niczego nieświadomą Twoją pociechą,*
- *wykorzystuje dziecko do swoich celów, bardzo często seksualnie, ale też dzieci bywają celami, które prowadzą do ich rodziców.*

Grooming może być wykonany przez:

- *osobę obcą – dla przykładu poznaną w internecie,*
- *dalszych członków rodziny,*
- *tzw. „przyjaciół rodziny”,*
- *przypadkowych znajomych świata rzeczywistego.*

Grooming

etapy przestępczej działalności:

- **Poznanie dziecka** - zdobycie zaufania, wysłuchanie problemów, oferowanie pomocy.
- **Budowanie więzi wirtualnej** - zbliżenie się do dziecka, bycie przyjacielem, przyjaciółką, a nawet zaufanym powiernikiem najbardziej prywatnych informacji.
- **Kontakt fizyczny** – zwykle świadczenie jakiegoś rodzaju pomocy dla nieświadomego, zagubionego psychicznie dziecka.
- **Znajomość intymna** - poruszanie tematów o charakterze seksualnym, uczenie dziecka o seksie, stwarzanie okazji do intymnych spotkań.
- **Wykorzystanie seksualne** - często stosując przemoc, szantaż czy groźby.

- **Uprorowadzenie a nawet zabójstwo** – aby ukryć swoje czyny, przestępca - groomer, może tym skrajnym etapem zakończyć proces manipulowania młodocianą osobą.

Jak rozpoznać grooming?

Dziękuję za przeczytanie wersji PROMO

***Zachęcam Ciebie do zakupu pełnej wersji
mojego ebooka***

Serdecznie polecam i pozdrawiam

Autor Dariusz Gołębiowski

spotkajmy się w sieci :)

PODSUMOWANIE

W dzisiejszym dynamicznie rozwijającym się cyfrowym świecie, bezpieczeństwo nasze oraz naszych dzieci staje się kwestią priorytetową. Znajomość zagrożeń i umiejętność ich przeciwdziałania to podstawa, o której mówi ten poradnik. Bezpieczeństwo cyfrowe to nie tylko ochrona przed cyberprzestępcami, ale również świadome korzystanie z zasobów internetu.

Nasze kochane dzieci, wychowując się w erze cyfrowej, są szczególnie narażone na różnorodne zagrożenia. Wiedza o tym, jak rozpoznać oraz przeciwdziałać cyberprzemocy, jak również zarządzanie ustawieniami prywatności i kontrolą rodzicielską na różnych systemach operacyjnych, stanowi istotną tarczę ochronną. Zarówno Windows, Linux, jak i Android oferują narzędzia, które, stosowane prawidłowo, mogą znacząco zwiększyć bezpieczeństwo naszych pociech.

Sztuczna inteligencja, choć otwiera przed nami nowe możliwości, również rodzi nowe wyzwania. Zrozumienie potencjalnych zagrożeń egzystencjalnych związanych z AI to klucz do odpowiedzialnego wprowadzania dzieci w ten świat.

Dorośli, z kolei, muszą być świadomi ryzyka związanego z utratą danych czy dostępu do kont społecznościowych. Wiedza o tym, jak bezpiecznie pobierać zdjęcia i inne zasoby z internetu, jak zarządzać hasłami za pomocą takich narzędzi jak KeePass, czy korzystać z metod szyfrowania dysków i plików przy użyciu VeraCrypt, to fundamenty, które pomogą zabezpieczyć Twoją cyfrową tożsamość.

W tym poradniku podkreśliłem również znaczenie sprawdzania poprawności ściąganych plików, co jest prostym, ale skutecznym sposobem na uniknięcie złośliwego oprogramowania.

Podsumowując, dobrze byłoby gdybyś ten poradnik potraktował/a, jako przewodnik po cyfrowym świecie, który w coraz większym stopniu wpływa na wszystkie aspekty naszego życia. Rozwój technologiczny jest nieunikniony, ale z odpowiednią wiedzą oraz narzędziami, możemy kształtować ten świat tak, aby był bezpieczny dla nas i naszych dzieci.

Bezpieczeństwo cyfrowe to nie tylko technologia, to przede wszystkim odpowiedzialność, świadomość, rozsądek oraz ciągła edukacja. Pamiętaj, że w świecie cyfrowym, podobnie jak w realnym, najważniejsza jest współpraca, wzajemny szacunek i dbałość o dobro wspólne.

***Serdecznie dziękuję za uwagę i pozdrawiam
Dariusz Gołębiowski***

PODZIĘKOWANIA

**Serdecznie dziękuję za zapoznanie się z zawartością
mojego poradnika. Mam nadzieję, że przyniósł on Tobie
Droga Czytelniczko/ Wspaniały Czytelniku - dużo wiedzy
oraz zrozumienia odnośnie sposobów efektywnego
uniknięcia cyfrowych zagrożeń dla Ciebie oraz całej Twojej
rodziny oraz znajomych.**

**Zapraszam Ciebie także do poznania także pozostałych
części mojej serii „Twoje bezpieczeństwo w świecie cyber i
sztucznej inteligencji”, która obecnie składa się z:**

CZĘŚĆ I WPROWADZENIE

CZĘŚĆ II CYBERHIGIENA

CZĘŚĆ III DZIECKO I TY

Bądź bezpieczny/a w cyfrowym świecie!

Wykorzystaj zdobytą wiedzę, aby chronić siebie, swoich bliskich, własne zasoby, w tym swoje dane w cyfrowym świecie. Cyberbezpieczeństwo to wielka wspólna odpowiedzialność. Dbając o nie, budujemy bezpieczniejszą przyszłość dla wszystkich.

Dziękuję za lekturę i zapraszam Ciebie do

kolejnej pozycji tej serii:

Części 3 Dziecko i Ty

W poradniku wykorzystano:

- własne materiały graficzne,
- prace: Chat GPT4 - zdjęcia,
- cliparty z programu LibreOffice na licencji CCO.

DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ

Autor poradnika: DARIUSZ GOŁĘBIEWSKI

Zapraszam do zapoznania się z innymi książkami, które napisałem lub współtworzyłem, m.in.:

Twoje bezpieczeństwo w świecie cyber i sztucznej inteligencji (seria ebooków - poradników):

- Część 1 Wprowadzenie
- Część 2 Cyberhigiena
- Część 3 Dziecko i Ty
- Część 4 Sposoby ochrony przed cyber zagrożeniami
(wydanie: kwiecień 2025)

Informacje o prawach autorskich i moich utworach

W poradniku wykorzystano:

- własne materiały graficzne,
- prace graficzne AI: Chat GPT4o,
- cliparty z programu LibreOffice na licencji CCO.

POZNAJ INNE MOJE KSIĄŻKI

Jeśli spodobał się Tobie ten poradnik i chcesz dalej rozwijać swoją wiedzę o cyberbezpieczeństwie, technologii, AI i świadomym korzystaniu z internetu, oto moje inne książki, które mogą w tym pomóc. Każda z nich powstała z myślą o osobach, które szukają praktycznych wskazówek, konkretnych przykładów i języka zrozumiałego dla każdego.

Twoje bezpieczeństwo w świecie cyber i sztucznej inteligencji – Część 1: Wprowadzenie

Kompleksowy wstęp do tematyki ochrony danych, prywatności i bezpiecznego korzystania z sieci. To książka dla tych, którzy chcą szybko zrozumieć, na czym polegają najważniejsze zagrożenia i jak zacząć się przed nimi skutecznie bronić – bez skomplikowanego żargonu. Znajdziesz tu przykłady z życia i proste instrukcje krok po kroku.

Twoje bezpieczeństwo w świecie cyber i sztucznej inteligencji – Część 2: Cyberhigiena

Praktyczny przewodnik po codziennych nawykach, które realnie zwiększają Twoje bezpieczeństwo. Dowiesz się, jak tworzyć silne hasła, chronić urządzenia, wykrywać próby oszustw i przygotować swoją rodzinę na zagrożenia cyfrowe. To pozycja obowiązkowa, jeśli chcesz, żeby cyberhigiena była naturalną częścią Twojego życia.

Twoje bezpieczeństwo w świecie cyber i sztucznej inteligencji – Część 3: Dziecko i Ty

Poradnik stworzony specjalnie dla rodziców i opiekunów, którzy chcą wprowadzać dzieci w cyfrowy świat z rozsądkiem i spokojem. Znajdziesz tu nie tylko zasady i rekomendacje, ale też gotowe sposoby rozmowy o bezpieczeństwie i budowania zaufania. Ta książka pomoże Ci chronić najmłodszych bez straszenia i nadmiernej kontroli.

AI w edukacji – Część 1: Praktyczny poradnik nie tylko dla nauczycieli

Sztuczna inteligencja to nie tylko moda, ale i realne narzędzie, które może usprawnić naukę i pracę. W tej książce pokazuję, jak korzystać z AI w prosty sposób – od generowania treści, przez wspieranie kreatywności, po automatyzację codziennych zadań. Idealna dla edukatorek/edukatorów i osób, które chcą poznać podstawy nowoczesnych technologii.

AI w edukacji – Część 2: Praktyczne pomysły na kreatywną edukację

Kontynuacja pierwszej części – pełna inspiracji, scenariuszy zajęć i ćwiczeń. Dowiesz się, jak prowadzić warsztaty i lekcje, które łączą AI z rozwojem kompetencji cyfrowych, logicznego myślenia i twórczego podejścia do nauki. Świetna pozycja dla wszystkich, którzy szukają konkretnych narzędzi i gotowych rozwiązań.

Stwórz Grę Mobilną

Praktyczny przewodnik dla osób, które marzą o stworzeniu własnej gry na smartfon. Od absolutnych podstaw programowania w JavaScript i React Native, przez projektowanie rozgrywki, aż po publikację gry. Jeśli chcesz uczyć się kodowania w sposób ciekawy i namacalny, to ta książka będzie Twoim drogowskazem.

Naturalne Zasady Życia – Tom I: Siódma Planeta

Powieść science fiction dla tych, którzy chcą oderwać się od codzienności i zanurzyć w refleksyjnej historii o sensie istnienia, wolności i relacjach w obliczu zmian. To opowieść o ludziach i technologii, o wyborach i konsekwencjach – dla miłośniczek/miłośników literatury, którzy cenią głębsze przesłanie i oryginalny klimat.

Wszystkie moje poradniki możesz nabyć na:

 **stronie wydawnictwa cyfrowego poswojsku.pl :**

www.poswojsku.pl

SZKOLENIA I WEBINARY

Jeśli chcesz pogłębić wiedzę, zdobyć praktyczne umiejętności i od razu wprowadzić je w życie – zapraszam Cię na moje szkolenia i webinary. Każde z nich zostało przygotowane tak, aby w przystępny sposób przekazać konkretne rozwiązania i pomóc Ci działać od zaraz.

 **Bezpieczni w sieci – Jak chronić siebie i rodzinę przed cyberzagrożeniami**

Szkolenie, w którym krok po kroku omawiam zagrożenia najczęściej dotyczące rodziny – od fałszywych wiadomości i wyłudzeń danych, po ochronę urządzeń domowych i zabezpieczanie dzieci w internecie. Idealne dla rodziców, opiekunów i osób, które chcą działać świadomie.

 **Cyberbezpieczeństwo dla małych organizacji i firm**

Praktyczny warsztat dla właścicieli firm, fundacji i urzędów, którzy chcą nauczyć się chronić dane pracowników i klientów bez kosztownych wdrożeń. Omawiam darmowe narzędzia, procedury bezpieczeństwa i sposoby budowania kultury cyberhigieny w zespole.

AI w życiu codziennym – od podstaw

Webinar pokazujący, jak sztuczna inteligencja może ułatwić pracę, naukę i organizację codziennych spraw. Dowiesz się, jak korzystać z AI do tworzenia treści, automatyzacji zadań i rozwijania nowych umiejętności – nawet jeśli nie masz doświadczenia technicznego.

Szyfrowanie danych – dyski, pliki, poczta

Szkolenie wprowadzające w świat szyfrowania, pokazujące krok po kroku, jak zabezpieczyć swoje dane prywatne i firmowe za pomocą bezpłatnych narzędzi. Idealne dla każdego, kto chce uniknąć utraty poufnych informacji.

Cyfrowe bezpieczeństwo dziecka – jak mądrze wspierać młodych użytkowników internetu

Spotkanie dla rodziców i nauczycieli, którzy chcą dowiedzieć się, jak rozmawiać z dziećmi o zagrożeniach online, jak ustawiać kontrolę rodzicielską i jak budować zaufanie w cyfrowym świecie.

Autor: Dariusz Gołębiowski - www.gddm.com.pl

Aktualne terminy szkoleń i webinarów znajdziesz na stronie:

 poswojsku.pl

i/lub

 www.gddm.com.pl

Zapraszam również do kontaktu – chętnie pomogę dobrać szkolenie odpowiednie dla Twoich potrzeb.

ZOSTAŃMY W KONTAKCIE!

Jeśli chcesz być na bieżąco z nowymi książkami, szkoleniami i inspiracjami o cyberbezpieczeństwie, technologii i AI – zapraszam Cię do obserwowania moich profili. Dzięki temu nie przegapisz premier, promocji i wartościowych materiałów które tworzę: często, prosto, przystępnie i z humorem.

- ◆ Strona internetowa  poswojsku.pl
- ◆ Facporadnik  facporadnik.com/poswojsku
- ◆ YouTube  youtube.com/@poswojsku
- ◆ LinkedIn  linkedin.com/in/golebiowski-dariusz
- ◆ Instagram  instagram.com/poswojsku
- ◆ Threads  threads.com/@poswojsku
- ◆ TikTok  tiktok.com/@astilus
- ◆ Amazon Author Page  amazon.com/author/dariuszgolebiowski
- ◆ Goodreads  goodreads.com/dariuszgolebiowski

Proszę, dołącz do mnie – razem budujemy bezpieczniejszy i bardziej świadomy świat cyfrowy!

Prawa autorskie i znaki towarowe

Wszystkie wymienione nazwy firm, produktów, usług i logo są znakami towarowymi lub zastrzeżonymi znakami towarowymi odpowiednich właścicieli. Nazwy te są używane wyłącznie w celach informacyjnych i nie implikują poparcia ani związku z tymi markami.

Microsoft i Windows są zarejestrowanymi znakami towarowymi firmy Microsoft Corporation w Stanach Zjednoczonych i/lub innych krajach.

Apple, iOS i macOS są zarejestrowanymi znakami towarowymi firmy Apple Inc. w Stanach Zjednoczonych i/lub innych krajach.

Android jest zarejestrowanym znakiem towarowym firmy Google LLC.

HarmonyOS jest zarejestrowanym znakiem towarowym firmy Huawei Technologies Co., Ltd.

VirtualBox jest zarejestrowanym znakiem towarowym firmy Oracle Corporation.

Linux jest zarejestrowanym znakiem towarowym Linusa Torvaldsa.

Firefox jest zarejestrowanym znakiem towarowym Mozilla Foundation.

Haiku OS jest zarejestrowanym znakiem towarowym Haiku, Inc.

DuckDuckGo jest zarejestrowanym znakiem towarowym firmy Duck Duck Go, Inc.

Inne wymienione nazwy firm, produktów i usług mogą być znakami towarowymi odpowiednich właścicieli.