

# Higiena cyfrowa bibliotekarzy w erze AI

19.6.2026 - | Stowarzyszenie Bibliotekarzy Polskich

## Nowe szkolenie w ofercie Stowarzyszenia Bibliotekarzy Polskich.

Technologie cyfrowe i narzędzia sztucznej inteligencji stają się coraz bardziej obecne w codziennej pracy bibliotek. Jednocześnie bibliotekarze mierzą się z przeciążeniem informacyjnym, nadmiarem komunikatów oraz koniecznością nieustannego zarządzania uwagą. Jak korzystać z nowych technologii w sposób świadomy, zachowując równowagę między efektywnością pracy a dobrostanem?

Odpowiedzi na te pytania oraz praktyczne wskazówki dotyczące higieny cyfrowej poznasz podczas szkolenia:

## Higiena cyfrowa bibliotekarzy w erze AI

**Termin:** 30 czerwca 2026 r., godz. 10.00-12.00

**Adresaci:** bibliotekarki i bibliotekarze zainteresowani świadomym wykorzystywaniem technologii cyfrowych i narzędzi AI w pracy zawodowej

**Forma:** online

[Formularz rejestracyjny](#)

## Program szkolenia

Program szkolenia obejmuje m.in.:

- Higiena cyfrowa bibliotekarza - dlaczego jest dziś ważna?
- Jak rozpoznawać oznaki przeciążenia informacyjnego i zarządzać uwagą w pracy?
- Praktyczne rozwiązania na wprowadzanie zdrowych nawyków w pracy bibliotecznej.
- Jak nie dać się dezinformacji?
- AI w pracy bibliotekarza - wsparcie czy zastępstwo?
- Plan małych zmian dla bibliotekarek i bibliotekarzy wspierających higienę cyfrową w pracy i życiu codziennym.

## Cele i efekty szkolenia

Celem szkolenia jest rozwijanie zdrowych nawyków cyfrowych, wzmocnienie umiejętności weryfikacji informacji, ograniczanie przeciążenia informacyjnego oraz świadome wykorzystywanie technologii i narzędzi AI w pracy zawodowej.

Po ukończeniu szkolenia uczestnik potrafi dbać o higienę cyfrową, skuteczniej zarządza informacjami i uwagą, rozpoznaje nieprawdziwe treści, świadomie korzysta z AI oraz wzmocnia kompetencje bibliotekarskie oparte na wiedzy, relacjach i zaufaniu.

Podczas szkolenia uczestnicy przyjrzą się również kompetencjom, które stanowią wartość dodaną pracy bibliotecznej i nie mogą zostać zastąpione przez AI: budowaniu relacji, wspieraniu użytkowników, rozumieniu kontekstu oraz świadomemu przewodnictwu po świecie informacji.

## **Prowadząca**

Agnieszka Kaczmarek - trenerka zespołów w instytucjach kultury, absolwentka informacji naukowej i studiów bibliologicznych na Uniwersytecie Warszawskim oraz studiów podyplomowych z zarządzania w kulturze i higieny cyfrowej. Kustoszką w Miejskiej Bibliotece Publicznej w Ostrowi Mazowieckiej, gdzie realizuje działania edukacyjne, społeczne i kulturalne. Prowadzi szkolenia i warsztaty dla pracowników instytucji kultury, bibliotekarzy, nauczycieli oraz przedstawicieli organizacji pozarządowych. Specjalizuje się w tematyce higieny cyfrowej, wolontariatu młodzieżowego oraz diagnozowania potrzeb kulturalnych społeczności lokalnych.

Dowiedz się, jak rozwijać zdrowe nawyki cyfrowe, ograniczać przeciążenie informacyjne i świadomie korzystać z możliwości, jakie oferuje sztuczna inteligencja w pracy bibliotecznej.

Więcej naszych szkoleń znajdziesz na stronie: [szkoleniadlabibliotekarzy.sbp.pl](https://www.sbp.pl/szkoleniadlabibliotekarzy.sbp.pl)

<https://www.sbp.pl/serwis-informacyjny/wszystkie/higiena-cyfrowa-bibliotekarzy-w-erze-ai>