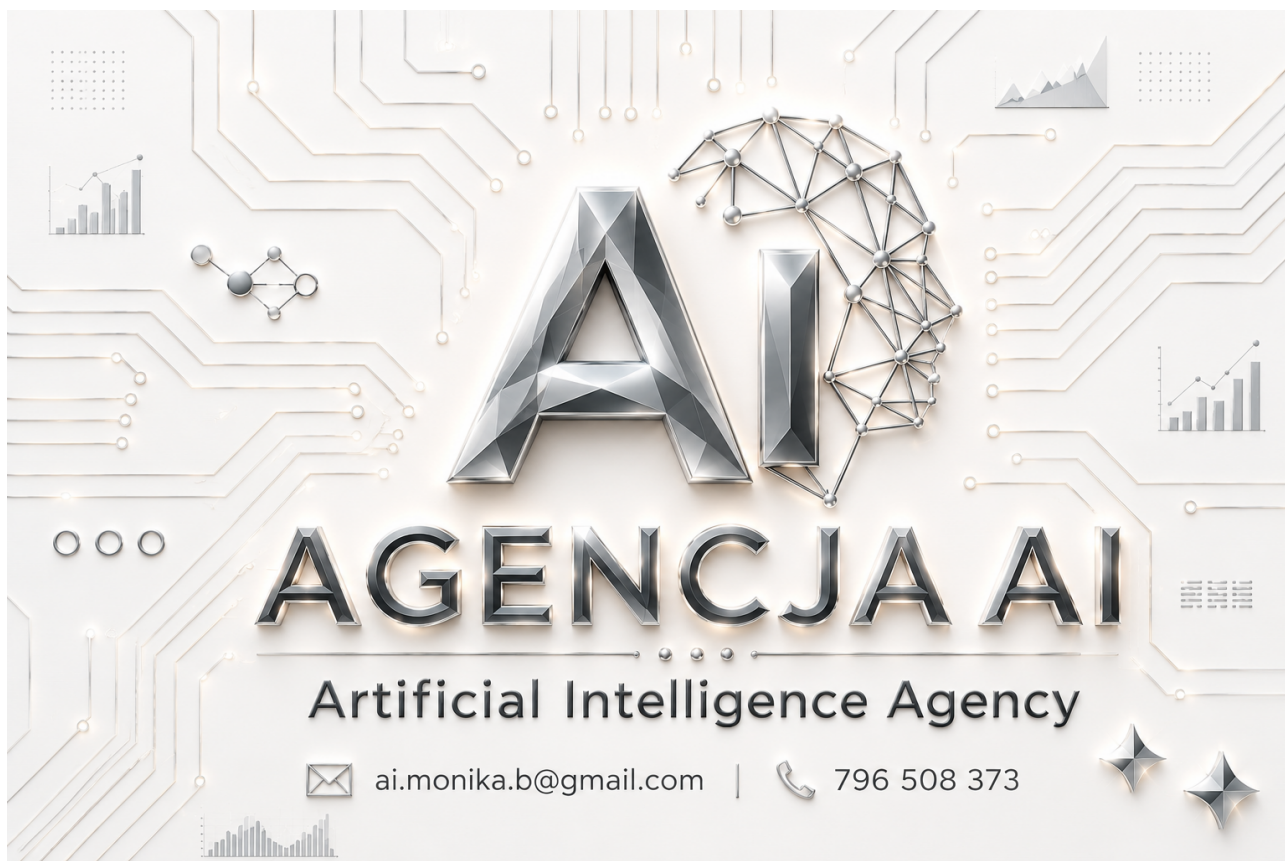




AI w Twojej pracy

Lista zadań, które możesz przekazać AI już dziś — wraz z prostym sposobem wdrożenia.

Praktyczny materiał AI AGENCJA

Jak pracować z checklistą

Wybierz 3 zadania, które powtarzasz. Zacznij od prostych zastosowań, przygotuj jedno dobre polecenie, przetestuj wynik i dopiero potem rozważ automatyzację.

Pracownicy

Przedsiębiorcy

Freelancerzy

Twórcy

Specjaliści

Osoby uczące się

Początkujący

Pracownicy

PRZYGOTOWANIE SPOTKANIA	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: przygotowanie spotkania.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: przygotowanie spotkania. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

PODSUMOWANIE NOTATEK	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: podsumowanie notatek.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: podsumowanie notatek. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

REDAKCJA WIADOMOŚCI	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: redakcja wiadomości.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: redakcja wiadomości. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

PLAN DNIA	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: plan dnia.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: plan dnia. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

Pracownicy

CHECKLISTA PROCESU	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: checklista procesu.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: checklista procesu. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

PRZYGOTOWANIE PYTAŃ	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: przygotowanie pytań.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: przygotowanie pytań. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

STRESZCZENIE DOKUMENTU	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: streszczenie dokumentu.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: streszczenie dokumentu. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

Przedsiębiorcy

PORZĄDKOWANIE INFORMACJI	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: porządkowanie informacji.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: porządkowanie informacji. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

BRIEF OFERTY	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: brief oferty.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: brief oferty. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

ANALIZA PROBLEMU KLIENTA	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: analiza problemu klienta.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: analiza problemu klienta. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

PLAN KAMPAanii	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: plan kampanii.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: plan kampanii. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

Przedsiębiorcy

POMYSŁY NA TREŚCI	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: pomysły na treści.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: pomysły na treści. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

ANALIZA KONKURENCJI	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: analiza konkurencji.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: analiza konkurencji. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

PROCEDURA POWTARZALNEGO ZADANIA	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: procedura powtarzalnego zadania.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: procedura powtarzalnego zadania. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

Freelancerzy

RAPORT TYGODNIOWY	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: raport tygodniowy.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: raport tygodniowy. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

LISTA PRIORYTETÓW	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: lista priorytetów.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: lista priorytetów. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

WYCENA ZAKRESU	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: wycena zakresu.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: wycena zakresu. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

BRIEF KLIENTA	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: brief klienta.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: brief klienta. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

Freelancerzy

FOLLOW-UP	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: follow-up.	Wdrożenie Przetestuj 1x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: follow-up. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

PORTFOLIO	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: portfolio.	Wdrożenie Przetestuj 1x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: portfolio. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

CASE STUDY	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: case study.	Wdrożenie Przetestuj 1x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: case study. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

Twórcy

ORGANIZACJA PROJEKTU	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: organizacja projektu.	Wdrożenie Przetestuj 1x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: organizacja projektu. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

PODSUMOWANIE PRAC	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: podsumowanie prac.	Wdrożenie Przetestuj 1x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: podsumowanie prac. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

PROŚBA O OPINIĘ	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: prośba o opinię.	Wdrożenie Przetestuj 1x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: prośba o opinię. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

KALENDARZ TREŚCI	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: kalendarz treści.	Wdrożenie Przetestuj 1x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: kalendarz treści. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

Twórcy

POMYSŁY NA SERIĘ	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: pomysły na serię.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: pomysły na serię. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		
HOOKI	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: hooki.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: hooki. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		
SCENARIUSZ	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: scenariusz.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: scenariusz. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

Specjaliści

REDAKCJA TEKSTU	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: redakcja tekstu.	Wdrożenie Przetestuj 1x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: redakcja tekstu. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

RECYKLING TREŚCI	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: recykling treści.	Wdrożenie Przetestuj 1x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: recykling treści. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

OPIS PUBLIKACJI	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: opis publikacji.	Wdrożenie Przetestuj 1x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: opis publikacji. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

ANALIZA KOMENTARZY	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: analiza komentarzy.	Wdrożenie Przetestuj 1x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: analiza komentarzy. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

Specjaliści

RESEARCH	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: research.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: research. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		
SYNTEZA INFORMACJI	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: synteza informacji.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: synteza informacji. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		
PORÓWNANIE ROZWIĄZAŃ	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: porównanie rozwiązań.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: porównanie rozwiązań. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		
CHECKLISTA JAKOŚCI	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: checklista jakości.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: checklista jakości. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

Specjaliści

RAPORT	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: raport.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: raport. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

REKOMENDACJE	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: rekomendacje.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: rekomendacje. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

PRZYGOTOWANIE PREZENTACJI	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: przygotowanie prezentacji.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: przygotowanie prezentacji. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

PYTANIA KONTROLNE	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: pytania kontrolne.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: pytania kontrolne. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

Osoby uczące się

PLAN NAUKI	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: plan nauki.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: plan nauki. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

FISZKI	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: fiszki.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: fiszki. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

QUIZ	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: quiz.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: quiz. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

WYJAŚNIENIE POJĘCIA	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: wyjaśnienie pojęcia.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: wyjaśnienie pojęcia. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

Osoby uczące się

ĆWICZENIA	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: ćwiczenia.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: ćwiczenia. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

FEEDBACK	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: feedback.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: feedback. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

POWTÓRKA	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: powtórka.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: powtórka. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

PLAN EGZAMINU	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: plan egzaminu.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: plan egzaminu. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

Początkujący

PLAN PIERWSZEGO TYGODNIA	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: plan pierwszego tygodnia.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: plan pierwszego tygodnia. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

LISTA NARZĘDZI DO SPRAWDZENIA	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: lista narzędzi do sprawdzenia.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: lista narzędzi do sprawdzenia. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

PIERWSZE POLECENIE	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: pierwsze polecenie.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: pierwsze polecenie. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

PROSTE ĆWICZENIE	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: proste ćwiczenie.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: proste ćwiczenie. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

Początkujący

CHECKLISTA BEZPIECZEŃSTWA	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: checklista bezpieczeństwa.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: checklista bezpieczeństwa. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

ORGANIZACJA NOTATEK	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: organizacja notatek.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: organizacja notatek. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

PRZEGLĄD WYNIKÓW	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: przegląd wyników.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: przegląd wyników. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

PLAN KOLEJNEGO KROKU	TRUDNOŚĆ Niska	✓
Jak AI może pomóc Przygotować pierwszą wersję, uporządkować informacje i wskazać braki w zadaniu: plan kolejnego kroku.	Wdrożenie Przetestuj 1 x, zapisz prompt, użyj ponownie.	Efekt Mniej pracy ręcznej / lepszy porządek.
Przykładowe polecenie Pomóż mi wykonać: plan kolejnego kroku. Kontekst: [dane]. Przygotuj wynik w formacie [format] i wskaż, co powinienem sprawdzić.		

Plan wdrożenia na 7 dni

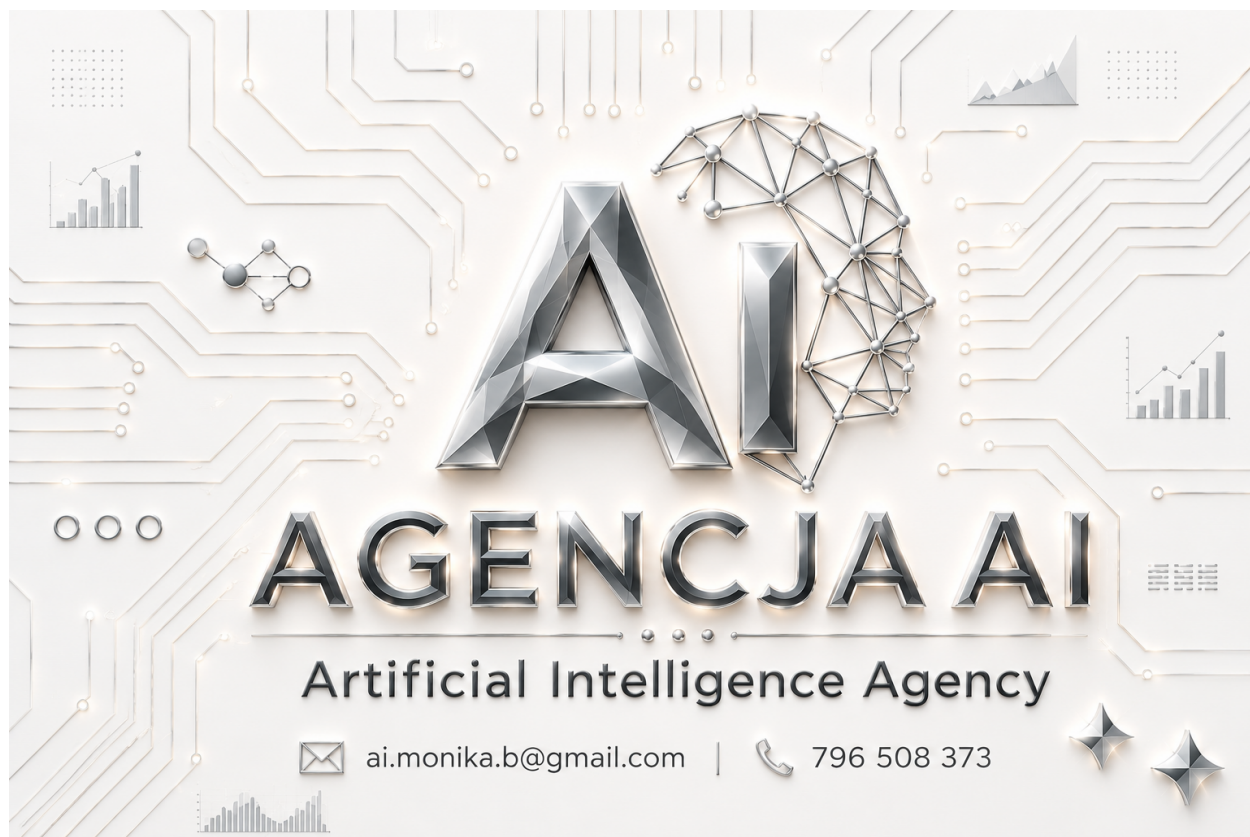
- Dzień 1 — wybierz jedno powtarzalne zadanie.
- Dzień 2 — przygotuj i przetestuj prompt.
- Dzień 3 — popraw wynik i zapisz najlepszą wersję.
- Dzień 4 — użyj rozwiązania w realnej pracy.
- Dzień 5 — dodaj checklistę kontroli jakości.
- Dzień 6 — sprawdź, czy zadanie można uprościć lub częściowo zautomatyzować.
- Dzień 7 — podsumuj efekt i wybierz następne zadanie.

Podsumowanie

AI daje największą wartość wtedy, gdy trafia w konkretny proces. Nie zaczynaj od technologii — zacznij od zadania, które chcesz wykonać szybciej, lepiej albo bardziej powtarzalnie.

AI AGENCJA

Jeżeli chcesz wykorzystać AI w swoim biznesie lub projekcie, skontaktuj się z AI AGENCJA.





AI W TWOJEJ PRACY

aiagencja.com.pl | 796 508 373