

S TOMÁŠEM DEE

BAVÍ MĚ AI

Startovací balíček AI zdarma

Hotové prompty a postupy, díky kterým zvládneš běžnou práci za zlomek času. Bez technických znalostí, česky, krok za krokem.

- → 25 promptů ke zkopírování
- → 3 AI pomocníci zdarma
- → Kde platit a kde ne
- → První AI video za 30 minut
- → Promo video z fotky produktu
- → 7 chyb, které stojí čas

NEŽ ZAČNEŠ

AI ti nemá vzít práci.
Má ti vrátit čas.

Ahoj, jsem Tomáš. Žiju v zahraničí a nové AI nástroje zkouším dřív, než se o nich začne mluvit v Česku a na Slovensku. Do tohohle balíčku jsem dal jen to, co opravdu funguje a co zvládneš hned dnes.

Jak s balíčkem pracovat: nečti ho celý najednou. Vyber si **jeden prompt** na věc, kterou dnes stejně musíš udělat, a vyzkoušej ho. Hned uvidíš, kolik času ti to ušetří. Pak přidej další.

Co v balíčku najdeš

01 Start za 10 minut: 3 AI pomocníci zdarma

02 Pravidlo dobrého promptu

03 25 promptů pro práci, podnikání a obsah

04 Před → po: jak to vypadá v praxi

05 Zdarma vs. placené: kde neplatit zbytečně

06 První AI video za 30 minut

07 Promo video z fotky produktu

08 7 chyb, které stojí čas a peníze

01 · START ZA 10 MINUT

Stačí ti jeden AI pomocník.

Všichni tři níže mají bezplatnou verzi, rozumí česky a zvládnou psaní, shrnutí, nápady i práci se soubory. Vyber si jednoho a drž se ho. Prompty z tohoto balíčku fungují ve všech.

ChatGPT chatgpt.com
Nejznámější. Zdarma zvládne psaní, obrázky, nahrané soubory i hlasový režim (v omezeném množství).

Claude claude.ai
Výborný na delší texty, e-maily a dokumenty. Zdarma s webovým vyhledáváním a prací se soubory.

Gemini gemini.google.com
Od Googlu. Zdarma i tvorba a úprava obrázků a hlubší rešerše (Deep Research).

Můj tip
Máš Gmail? Začni Gemini, přihlásíš se jedním klikem. Píšeš hodně textů? Zkus Claude.

Bezplatné verze mají denní limity. Na začátek ti stačí.

02 · PRAVIDLO DOBRÉHO PROMPTU

Napiš to jako zadání kolegovi.

Většina lidí napíše „napiš e-mail“ a pak se diví, že výsledek je obecný. Přidej čtyři věci a první verze bude skoro hotová:

1. Kdo jsi a pro koho
„Jsem majitel kavárny, píšu stálým zákazníkům.“

2. Co přesně chceš
„Pozvánka na ochutnávku nové kávy v sobotu.“

3. Jak dlouhé to má být
„Maximálně 80 slov, 3 krátké odstavce.“

4. Jaký tón
„Přátelsky, tykej, bez přehnaných superlativů.“

A nejdůležitější: **nespokoj se s první verzí.** Napiš „zkrať to“, „víc v klidu“ nebo „dej mi 3 varianty“. AI je nejlepší, když s ní mluvíš.

03 · PROMPTY PRO PRÁCI

Ušetři čas na každodenní práci.

Zkopíruj, nahraď **[oranžové části]** svými údaji a vlož do AI.

01 Těžký e-mail

„Napiš zdvořilý, ale jasný e-mail pro **[komu]**. Potřebuji **[co chceš: odmítnout / připomenout / omluvit se]**. Kontext: **[2–3 věty]**. Maximálně 120 slov, profesionálně a lidsky. Dej mi 2 varianty: jednu měkčí, jednu přímější.“

02 Odpověď na dlouhý e-mail

„Tady je e-mail, na který mám odpovědět: **[vlož e-mail]**. Shrň mi ho ve 3 bodech, napiš, co ode mě chtějí, a navrhni odpověď, ve které **[tvoje rozhodnutí]**.“

03 Shrnutí schůzky

„Z těchto poznámek ze schůzky udělej přehledný zápis: hlavní rozhodnutí, úkoly s jménem a termínem, otevřené otázky. Poznámky: **[vlož poznámky nebo přepis]**.“

04 Vzorec do Excelu / Tabulek

„Mám tabulku, kde ve sloupci A je **[co]** a ve sloupci B **[co]**. Potřebuji vzorec, který **[co má spočítat]**. Napiš vzorec pro **[Excel / Google Tabulky]** a vysvětli ho jednou větou.“

05 Prezentace za 10 minut

„Připrav osnovu prezentace o **[téma]** pro **[publikum]** na **[počet]** minut. Ke každému snímku nadpis, 3 krátké body a co mám říct. Na konec jeden snímek s doporučením.“

06 Z chaosu plán

„Tady jsou všechny moje úkoly na tento týden: **[seznam]**. Seřaď je podle důležitosti a naléhavosti, odhadni čas na každý a navrhni rozvrh na **[počet]** pracovních dnů.“

07 Vysvětli mi to jednoduše

„Vysvětli mi **[pojem / dokument / smlouvu]** jako člověku, který o tom nic neví. Pak mi napiš, na co si mám dát pozor, a polož mi 3 otázky, které bych si měl/a ujasnit.“

08 Kontrola textu

„Oprav gramatiku a pravopis v tomto textu, ale zachovej můj styl. Pak mi zvlášť napiš 3 návrhy, jak ho udělat srozumitelnějším. Text: **[vlož]**.“

03 · PROMPTY PRO PODNIKÁNÍ

Méně psaní, víc prodeje.

Pro živnostníky, e-shopy a malé firmy.

09 Popis produktu, který prodává

„Napiš popis produktu **[název]** pro e-shop. Zákazník je **[kdo]** a řeší **[jaký problém]**. Začni přínosem, ne vlastnostmi. Pak 4 odrážky s hlavními výhodami a krátká věta, proč koupit teď. Maximálně 120 slov.“

10 Cenová nabídka

„Připrav text cenové nabídky pro **[klient]** na **[služba]**. Rozsah: **[co je v ceně]**, cena: **[cena]**, termín: **[termín]**. Profesionálně, srozumitelně, s krátkým shrnutím přínosu na začátku a jasným dalším krokem na konci.“

11 Odpověď na negativní recenzi

„Zákazník napsal tuto recenzi: **[vlož]**. Napiš klidnou a profesionální odpověď, která uzná problém, nevymlouvá se, nabídne řešení **[co nabízíš]** a ukáže ostatním čtenářům, že nám na zákaznících záleží. Do 80 slov.“

12 Co na nás chválí a co nesnáší

„Tady jsou recenze našich zákazníků: **[vlož]**. Najdi 5 nejčastějších pochval a 5 nejčastějších stížností. Ke každé stížnosti navrhni jedno konkrétní zlepšení.“

13 Newsletter za 5 minut

„Napiš krátký newsletter pro zákazníky **[typ firmy]**. Novinka: **[co]**. Dej mi 5 variant předmětu e-mailu, text do 150 slov a jedno tlačítko s výzvou k akci.“

14 FAQ na web

„Jsem **[typ podnikání]**. Napiš 10 nejčastějších otázek, které mi zákazníci kladou, a ke každé krátkou, jasnou odpověď. Informace o mně: **[otevírací doba, doprava, ceny, záruky…]**.“

15 Zjisti, co dělá konkurence

„Prohledej web a najdi 5 firem, které nabízí **[tvoje služba]** v **[město / region]**. Porovnej jejich nabídku a ceny, pokud jsou uvedené, a napiš, čím se můžu odlišit.“ (Potřebuje AI s webovým vyhledáváním.)

Tip pro podnikatele: v ChatGPT si založ **Projekt** (v Gemini se tomu říká **Gem**) a nahraj do něj informace o firmě, ceník a ukázku, jak píšeš. AI pak u každého promptu píše rovnou za tebe a tvým stylem, nemusíš nic vysvětlovat znovu.

03 · PROMPTY PRO TEBE

Tvůj osobní asistent.

16 Osobní učitel

„Chci se naučit **[dovednost]**. Mám **[čas]** denně. Sestav mi plán na 14 dní a každý den mi dej jeden malý úkol na 15 minut.“

17 Příprava na důležitý rozhovor

„Za **[kdy]** mám **[pohovor / jednání o ceně / rozhovor se šéfem]**. Hraj roli **[druhá strana]** a klaď mi těžké otázky. Po každé mé odpovědi mi dej zpětnou vazbu.“

18 Rozhodnutí bez stresu

„Rozhoduju se mezi **[A]** a **[B]**. Moje priority jsou **[co je pro mě důležité]**. Udělej tabulku výhod a nevýhod a polož mi 3 otázky, které mi pomůžou rozhodnout se.“

19 Najdi mi úsporu času

„Popíšu ti, jak vypadá můj běžný pracovní den: **[popis]**. Najdi 5 činností, které by mi AI mohla zkrátit, a ke každé napiš konkrétní prompt, který mám použít.“

03 · PROMPTY PRO OBSAH A SÍTĚ

20 30 nápadů na videa

„Dej mi 30 nápadů na krátká videa o **[téma]** pro **[publikum]**. Ke každému háček do 10 slov, který zastaví scrollování. Seřaď je od nejsilnějšího.“

21 Háček, který zastaví palec

„Napiš 10 různých úvodních vět na video o **[téma]**. Každá musí do 2 sekund slíbit výsledek nebo vzbudit zvědavost. Žádné ‚Ahoj, dnes vám ukážu‘.“

22 Scénář na 45 sekund

„Napiš scénář na 45sekundové video o **[nápad]**. Struktura: háček (2 s), problém, 3 jednoduché kroky, výsledek, výzva ke komentáři. Ke každé části napiš i text na obrazovku.“

23 Popisky pro všechny sítě

„Napiš popisek k videu pro TikTok, Instagram, YouTube Shorts a Facebook. Každá síť jiný styl a délka, 5 hashtagů včetně #cesko #slovensko. Video: **[popiš ho]**.“

24 Z jednoho obsahu deset

„Tady je můj text / přepis videa: **[vlož]**. Udělej z něj: 3 příspěvky na sítě, 1 newsletter, 5 krátkých citátů na grafiku a 3 nápady na navazující videa.“

25 Odpovědi na komentáře

„Tady jsou komentáře pod mým videem: **[vlož]**. Navrhni ke každému krátkou, lidskou odpověď, která podpoří další diskusi. U kritiky zůstaň klidný/á a věcný/á.“

04 · PŘED → PO

Jak to vypadá v praxi.

PŘED	PO
Nabídka pro klienta Píšeš od nuly, hledáš správná slova, přepisuješ úvod pořád dokola.	**Prompt č. 10** Vložíš rozsah, cenu a termín. Za pár minut máš hotovou první verzi a jen ji doladíš.
PŘED	PO
Zápis ze schůzky Po hodinové poradě sedíš nad poznámkami a skládáš, kdo má co udělat.	**Prompt č. 3** Vložíš poznámky nebo přepis a dostaneš přehled rozhodnutí a úkolů s termíny.
PŘED	PO
Obsah na sítě Každý den řešíš, co natočit a co napsat do popisku.	**Prompty č. 20–23** Jedno odpoledne a máš nápady, scénáře i popisky na celý týden.
PŘED	PO
Popis produktu U každého produktu znovu vymýšlíš, co napsat, a texty jsou si nakonec podobné.	**Prompt č. 9** Zadáš, pro koho produkt je a jaký problém řeší. Dostaneš text, který začíná přínosem.

Kolik ti to ušetří? Změř si to sám: příště, až budeš psát nabídku nebo zápis, pusť si stopky. Pak to samé udělej s promptem. Ten rozdíl je čas, který ti AI vrací každý týden.

05 · ZDARMA VS. PLACENÉ

Kde neplatit zbytečně.

Nástroj	Co zvládneš zdarma	Placená verze
ChatGPT	Psaní, obrázky, soubory a hlas v omezeném množství	Go 8 $, Plus 20 $ měsíčně
Claude	Psaní, webové vyhledávání, práce se soubory, denní limit	Pro 20 $ měsíčně
Gemini	Psaní, obrázky, Deep Research, 15 GB úložiště	AI Plus 149,99 Kč, AI Pro 549,99 Kč měsíčně
CapCut	Střih videa, automatické titulky s omezením	Pro cca 20 $ měsíčně
ElevenLabs	Cca 10 minut namluveného textu měsíčně, jen pro nekomerční použití	Starter 6 $ měsíčně (komerční použití)

Moje pravidlo: plať až ve chvíli, kdy ti bezplatná verze reálně nestačí na práci, kterou děláš každý týden. Do té doby jsou peníze v kapse lepší než nepoužívané předplatné.

Ceny a limity podle veřejných ceníků k listopadu 2026. Mění se často, před nákupem si je ověř na webu nástroje.

Kdy se placená verze vyplatí

- ✓ **Narážíš na denní limit**
  AI používáš každý den v práci a bezplatná verze tě pravidelně zastaví.
- ✓ **Vyděláváš tím**
  Tvoříš obsah nebo materiály pro klienty a potřebuješ komerční licenci (např. hlas z ElevenLabs).
- ✓ **Ušetří ti víc, než stojí**
  Když ti nástroj ušetří pár hodin měsíčně, předplatné se zaplatí samo.

06 · PRVNÍ AI VIDEO ZA 30 MINUT

Hotové video ještě dnes.

1. **Vyber nápad (5 min)**
   Použij prompt č. 20 a vyber háček, který tě nejvíc zaujme.
2. **Napiš scénář (5 min)**
   Použij prompt č. 22. Přečti ho nahlas a škrtni všechno, co zní nepřirozeně.
3. **Natoč (5 min)**
   Mobil na výšku, světlo z okna před sebou, mluv jako ke kamarádovi. Nechceš být před kamerou? Nahraj obrazovku a mluv k ní.
4. **Sestříhej (10 min)**
   V CapCutu vystřihni pauzy, zapni automatické titulky a zvýrazni hlavní slova.
5. **Zveřejni (5 min)**
   Popisky ti napíše prompt č. 23. Pak to pusť ven.

💪 **Hotovo je lepší než dokonalé.** Prvních deset videí je trénink. Zveřejni je i tak.

07 · PROMO VIDEO Z FOTKY PRODUKTU

Reklama bez natáčecího štábu.

Pro e-shopy a malé firmy: z jedné fotky produktu krátké video na sítě.

1. **Kvalitní fotka**
   Produkt na čistém pozadí, ostrý, dobře nasvícený. Stačí mobil a okno.
2. **AI scéna**
   V Gemini nahraj fotku a napiš: „Umísti tento produkt do *[prostředí]*, fotorealisticky, zachovej přesný tvar, barvy a logo.“
3. **Rozpohybuj ji**
   Hotový obrázek nahraj do nástroje na video z obrázku (např. Kling nebo Google Flow) a popiš pohyb: „pomalý nájezd kamery, jemné světlo, 5 sekund“.
4. **Text a hudba**
   V CapCutu přidej 1–2 krátké texty (přínos + cena / akce) a hudbu z knihovny.
5. **Zkontroluj detaily**
   AI občas změní logo nebo písmo na obalu. Vždy zkontroluj, že produkt vypadá jako ve skutečnosti, a video na sítích označ jako vytvořené s AI.

08 · 7 CHYB, KTERÉ STOJÍ ČAS A PENÍZE

Vyhni se jim od začátku.

- ✕ **Zkoušet deset nástrojů najednou.**
  Zvládni jeden, pak přidej další.
- ✕ **Vágní zadání.**
  Kdo jsi, pro koho, jak dlouhé, jaký tón. Viz pravidlo na straně 3.
- ✕ **Brát první verzi jako hotovou.**
  Ptej se dál: zkraťˇ, zjednoduš, dej 3 varianty.
- ✕ **Věřit všemu, co AI napíše.**
  AI se umí splést i s jistotou. Čísla, jména a fakta vždy ověř.
- ✕ **Vkládat citlivé údaje.**
  Hesla, rodná čísla, údaje klientů ani interní dokumenty firmy do AI nepatří.
- ✕ **Platit předplatné, které nepoužíváš.**
  Začni zdarma, plaťˇ až když narazíš na limit.
- ✕ **Čekat, až to bude dokonalé.**
  Vyhrává pravidelnost. Jeden prompt denně udělá za měsíc velký rozdíl.

CO DÁL

Tohle je teprve začátek.

V dalších dnech ti pošlu e-mailem konkrétní postupy, jak s AI zrychlit práci, tvorbu obsahu i podnikání. Žádný spam, jen věci, které sám používám.

Odpověz mi na e-mail jednou větou: na co bys AI nejvíc potřeboval/a? Čtu každou odpověď a podle nich točím další videa.

Najdeš mě na TikToku, Instagramu, YouTube a Facebooku jako @tomas_dee.official
Napiš mi: ahoj@bavimeai.cz