



DO IT NOW by  
Klaudia Krabes-  
Czarnacka

★★★★★ 4,9 / 5

117 ocen

## Szkolenie ze zrównoważonego rozwoju w arkuszu kalkulacyjnym Excel - jako narzędzie Green Comp, automatyzacja, organizacja, przewaga zawodowa- poziom podstawowy

Numer usługi 2026/04/21/195795/3504018

📍 Wisła

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 16:00 h

📅 30.05.2026 do 31.05.2026

6 150,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

384,38 PLN brutto/h

312,50 PLN netto/h

183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Informatyka i telekomunikacja / Aplikacje biznesowe

### Grupa docelowa usługi

Grupą docelową szkolenia są:

- Pasjonaci ekologii i świadomego prowadzenia firmy w sferach optymalizacji.
- Osoby chcące optymalizować zużycie energii, ograniczać odpady, digitalizować dokumenty.
- Osoby fizyczne prowadzące działalność gospodarczą
- Osoby pracujące nie prowadzące działalności gospodarczej
- Osoby, których znajomość programu MS Excel jest na poziomie początkującym

### Minimalna liczba uczestników

4

### Maksymalna liczba uczestników

20

### Data zakończenia rekrutacji

29-05-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

16

### Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

# Cel

## Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje uczestnika do roli analityka wspierającego procesy zrównoważonego rozwoju, ucząc jak przekładać surowe dane liczbowe na czytelne zestawienia i raporty, co jest niezbędne w procesie monitorowania efektywności energetycznej oraz wdrażania standardów raportowania ESG w organizacji. Przygotowuje do korzystania z MC Excel do precyzyjnej analizy danych operacyjnych związanych z ochroną środowiska (takich jak monitorowanie zużycia energii i zasobów).

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik rozwija kompetencje społeczne w zakresie komunikacji, współpracy w zespole, udzielania i przyjmowania informacji zwrotnej oraz odpowiedzialnej organizacji pracy podczas wykonywania zadań w arkuszu kalkulacyjnym	Wykonuje w zespole ćwiczenia z poprawnego wprowadzania danych ESG, sortowania baz dostawców, stosuje formuły przydatne do wykorzystania np do obliczania wskaźników zrównoważonego rozwoju.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik używa arkuszy kalkulacyjnych w ramach cyfryzacji i paperless	- tworzy, otwiera i zamyka skoroszyty dla celów raportowania niefinansowego, pracuje z szablonami online wspierającymi politykę ograniczania zużycia papieru. Zapisuje pliki raportów ESG w różnych formatach (np. bezpieczny .pdf dla interesariuszy, .csv do eksportu danych) oraz w chmurze w celu ograniczania cyfrowego śladu węglowego i wspierania pracy zdalnej 5, 6.	Test teoretyczny
	- Personalizuje aplikacje i stosuje wbudowanej Pomocy do optymalizacji czasu pracy specjalisty ds. zrównoważonego rozwoju 7, 8	Obserwacja w warunkach rzeczywistych



Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Uczestnik korzysta z wbudowanych funkcji w celu agregacji danych do raportów CSRD</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Używa podstawowych funkcji: sumowanie całkowitego rocznego zużycia wody, średnia luka płacowa, wyznaczanie minimum i maksimum w wolumenach wytwarzanych odpadów 9, 16, 21. Zliczanie komórek (np. rotacji lub liczby odbytych godzin szkoleń i rozwoju 22).</li> <li>- Praktycznie wykorzystuje funkcje „jeżeli” (IF) z operatorami porównawczymi (=, &gt;, &lt;) do ostrzegania o przekroczeniu dopuszczalnych norm zanieczyszczeń lub celów redukcyjnych 23.</li> </ul>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik definiuje zasady przejrzystego raportowania</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formatuje wartości zgodnie ze standardami audytowymi: - wyświetla wskaźniki procentowe (np. udział zielonej energii), waluty dla inwestycji w Taksonomię UE i właściwych miejsc dziesiętnych 20, 23-25.</li> <li>- stosuje czytelne obramowania i scalanie komórek dla przejrzystości ujawnień informacji niefinansowych, chroniące organizację przed zarzutem greenwashingu (wprowadzania w błąd) poprzez jasny i rzetelny układ danych 26-28.</li> <li>- stosuje automatyczne style tabel do kategoryzacji obszarów ryzyka ESG.</li> </ul>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik wizualizuje dane na potrzeby prezentacji strategii i postępów</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tworzy wykresy słupkowe i liniowe ilustrujące spadek emisji CO2 w czasie lub zmianę struktury demograficznej pracowników 16, 30.</li> <li>- dodaje czytelne etykiety, legendy i tytuły, aby dane dotyczące celów zrównoważonego rozwoju (SDG) były komunikowane etycznie i zgodnie ze stanem faktycznym 30.</li> </ul>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje dobre praktyki ekologicznego biura	<p>- Zarządza ustawieniami strony z perspektywy zasobooszczędności: minimalizuje marginesy, obustronny układ i skalowanie w celu zmniejszenia liczby potrzebnych stron do wydruku (postawa proekologiczna).</p> <p>Dodaje stopki i nagłówków do poufnych raportów zarządczych.</p> <p>Ostatecznie weryfikuje błędy językowe i rachunkowe przed ewentualnym drukiem lub generowaniem pliku ostatecznego 31.</p> <p>Korzysta z podglądu w celu unikania zbędnego drukowania, stanowiące praktyczny element zielonych kompetencji w codziennym środowisku pracy 32, 33.</p>	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

## Kwalifikacje

### Kwalifikacje niewłączone do ZSK

#### Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://icdl.pl/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://icdl.pl/>

#### Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację

Polskie Towarzystwo Informatyczne - centrum akredytowane Śląskie Centrum Szkoleniowo-Egzaminacyjne KISS

Nazwa Podmiotu certyfikującego

Polskie Towarzystwo Informatyczne

## Program

### Dzień 1: Zarządzanie danymi ESG i wstęp do obliczeń śladu węglowego

08:00 – 9:30 | Moduł 1: Cyfryzacja i *paperless* – praca z aplikacją i ustawienia skoroszytu

Tworzenie, otwieranie i zamykanie skoroszytów dla celów raportowania niefinansowego, praca z szablonami online wspierającymi politykę ograniczania zużycia papieru.

Zapisywanie plików raportów ESG w różnych formatach (np. bezpieczny .pdf dla interesariuszy, .csv do eksportu danych) oraz w chmurze w celu ograniczania cyfrowego śladu węglowego i wspierania pracy zdalnej 5, 6. Personalizacja aplikacji i stosowanie wbudowanej Pomocy do optymalizacji czasu pracy specjalisty ds. zrównoważonego rozwoju 7, 8.

9:30 – 9:45 | Przerwa kawowa

9:45 – 12:45 | Moduł 2: Bazy danych środowiskowych i społecznych – praca z komórkami

Zasady poprawnego wprowadzania danych z obszaru E (środowisko) i S (społeczeństwo): wartości liczbowych (np. zużycie energii 9), tekstowych i dat (zasada jednej danej w komórce dla transparentności audytu 10). Dobre praktyki tworzenia list i baz danych interesariuszy lub dostawców w łańcuchu wartości bez pustych wierszy i kolumn 10, 11. Sortowanie danych (np. według poziomu emisji CO2 2, 12), korzystanie z opcji Znajdź/Zamień przy masowej aktualizacji polityki i procedur w dokumentacji.

12:45 – 13:30 | Przerwa obiadowa

13:30 – 14:30 | Moduł 3: Organizacja wskaźników ESRS – zarządzanie arkuszami

Dostosowywanie szerokości kolumn dla wielowymiarowych tabel oceny podwójnej istotności (istotność wpływu i finansowa 13, 14) oraz blokowanie nagłówek w obszernych zestawieniach 15.

Zarządzanie nazewnictwem arkuszy – grupowanie danych według standardów ESRS (np. *Arkusz 1: Zmiana klimatu E1, Arkusz 2: Własna siła robocza S1, Arkusz 3: Ład korporacyjny G1*) 9, 16, 17.

Bezpieczne kopiowanie i przesuwanie arkuszy pomiędzy skoroszytami poszczególnych spółek z grupy kapitałowej.

14:30-14:45 | Przerwa kawowa

14:45 – 16:00 | Moduł 4: Podstawy analityki zrównoważonego rozwoju – formuły arytmetyczne

Dobre praktyki przy formułach: wykorzystanie odwołań do komórek z limitami zużycia surowców czy wskaźnikami KPI 18, 19.

Budowa formuł za pomocą operatorów matematycznych do wyliczania śladu środowiskowego (np. zliczanie emisji Scope 1, 2, 3 czy udziału gospodarki o obiegu zamkniętym / GOZ 9, 20). Zrozumienie adresowania bezwzględne przy stosowaniu stałych przeliczników (np. współczynników konwersji energii 21)

## **Dzień 2: Funkcje zaawansowane, wizualizacja danych i transparentność**

08:00 – 09:30 | Moduł 5: Agregacja danych do raportów CSRD – korzystanie z wbudowanych funkcji

Używanie podstawowych funkcji: sumowanie całkowitego rocznego zużycia wody, średnia luka płacowa, wyznaczenie minimum i maksimum w wolumenach wytwarzanych odpadów 9, 16, 21. Zliczanie komórek (np. rotacji lub liczby odbytych godzin szkoleń i rozwoju 22). Praktyczne wykorzystanie funkcji „jeżeli” (IF) z operatorami porównawczymi (=, >, <) do ostrzegania o przekroczeniu dopuszczalnych norm zanieczyszczeń lub celów redukcyjnych 23.

09:30 – 09:45 | Przerwa kawowa

09:45 – 11:30 | Moduł 6: Przejrzystość raportowania – formatowanie danych i wyglądu tabel. Formatowanie wartości zgodnie ze standardami audytowymi: wyświetlanie wskaźników procentowych (np. udział zielonej energii), waluty dla inwestycji w Taksonomię UE i właściwych miejsc dziesiętnych 20, 23-25. Czytelne obramowania i scalanie komórek dla przejrzystości ujawnień informacji niefinansowych, chroniące organizację przed zarzutem greenwashingu (wprowadzania w błąd) poprzez jasny i rzetelny układ danych 26-28. Automatyczne style tabel do kategoryzacji obszarów ryzyka ESG.

11:30 – 12:45 | Moduł 7: Prezentacja strategii i postępów – wizualizacja danych na wykresach

Zrozumienie zastosowań wykresów w komunikacji z interesariuszami, zarządem i inwestorami 11, 29, 30.

Tworzenie wykresów słupkowych i liniowych ilustrujących spadek emisji CO2 w czasie lub zmianę struktury demograficznej pracowników 16, 30.

Formatowanie wizualne – dodawanie czytelnych etykiet, legend i tytułów, aby dane dotyczące celów zrównoważonego rozwoju (SDG) były komunikowane etycznie i zgodnie ze stanem faktycznym 30.

12:45 – 13:30 | Przerwa obiadowa

13:30 – 15:00 | Moduł 8: Dobre praktyki ekologiczne biura – opcje sprawdzania i wydruku

Zarządzanie ustawieniami strony z perspektywy zasobooszczędności: minimalizacja marginesów, obustronny układ i skalowanie w celu zmniejszenia liczby potrzebnych stron do wydruku (postawa proekologiczna). Dodawanie stopek i nagłówek do poufnych raportów zarządczych. Ostateczna weryfikacja błędów językowych i rachunkowych przed ewentualnym drukiem lub generowaniem pliku ostatecznego 31. Korzystanie z podglądu w celu unikania zbędnego drukowania, stanowiące praktyczny element zielonych kompetencji w codziennym środowisku pracy 32, 33.

## Moduł 9

15:00-16:00 Egzamin zewnętrzny.

- Zielone umiejętności i kompetencje zawarte w kursie:
- Świadomość i szacunek dla środowiska,
- Chęć uczenia się o zrównoważonym rozwoju,
- Umiejętności pracy zespołowej odzwierciedlające potrzebę wspólnej pracy wewnątrz organizacji nad poszukiwaniem rozwiązań ograniczających ślad środowiskowy organizacji, dzięki tworzeniu wspólnych raportów
- Optymalizacja zużycia energii poprzez tworzenie odpowiednich formuł.
- Digitalizacja dokumentów i procesów co redukuje zużycie papierów i energii
- Zwiększanie efektywności energetycznej,
- Planowanie oparte na logicznym myśleniu, analizowanie efektywności pracowniczej, przygotowywanie raportów

Szkolenie wpisuje się w cele Strategii Innowacji Województwa Śląskiego do 2030 roku, klasyfikacja PTR 4.2 Technologie informacyjne, obejmujące narzędzia IT wykorzystywane w procesach administracyjnych, analitycznych i organizacyjnych.

### WALIDACJA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

W drugim dniu szkolenia będzie przeprowadzony egzamin przez firmę zewnętrzną, i będzie trwał 60min. Egzamin będzie się składał z 32 zadań, do których każdy uczestnik będzie miał dostęp logując się do aplikacji egzaminacyjnej, udostępnioną przez firmę walidującą.

Egzamin zgodny z sylabusem ECDL na poziomie B4. Każdy uczestnik będzie rozwiązywał zadania na swoim stanowisku komputerowym.

Kwalifikacja nadawana przez podmiot certyfikujący Polskie Towarzystwo Informatyczne po zaliczonym egzaminie to: ECDL/ICDL Arkusze kalkulacyjne Moduł B4

Czas trwania szkolenia: 16 godzin zegarowych.

10h praktycznych, 4h teoretyczne i 1h walidacji

Przerwy wliczone w czas trwania usługi

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 15</b> Moduł 1: Cyfryzacja i paperless – praca z aplikacją i ustawienia skoroszytu	Roman Tracz	30-05-2026	08:00	09:30	01:30
<b>2 z 15</b> przerwa kawowa	Roman Tracz	30-05-2026	09:30	09:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>3 z 15</b> Moduł 2: Bazy danych środowiskowych i społecznych – praca z komórkami	Roman Tracz	30-05-2026	09:45	11:45	02:00
<b>4 z 15</b> Moduł 3: Organizacja wskaźników ESRS – zarządzanie arkuszami cz.I	Roman Tracz	30-05-2026	11:45	12:45	01:00
<b>5 z 15</b> przerwa obiadowa	Roman Tracz	30-05-2026	12:45	13:30	00:45
<b>6 z 15</b> Moduł 3: Organizacja wskaźników ESRS – zarządzanie arkuszami cz.II	Roman Tracz	30-05-2026	13:30	14:30	01:00
<b>7 z 15</b> przerwa kawowa	Roman Tracz	30-05-2026	14:30	14:45	00:15
<b>8 z 15</b> Moduł 4: Podstawy analityki zrównoważonego rozwoju – formuły arytmetyczne	Roman Tracz	30-05-2026	14:45	16:00	01:15
<b>9 z 15</b> Moduł 5: Agregacja danych do raportów CSRD – korzystanie z wbudowanych funkcji	Roman Tracz	31-05-2026	08:00	09:30	01:30
<b>10 z 15</b> przerwa kawowa	Roman Tracz	31-05-2026	09:30	09:45	00:15
<b>11 z 15</b> Moduł 6: Przejrzystość raportowania – formatowanie danych i wyglądu tabel	Roman Tracz	31-05-2026	09:45	11:30	01:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>12 z 15</b> Moduł 7: Prezentacja strategii i postępów – wizualizacja danych na wykresach	Roman Tracz	31-05-2026	11:30	12:45	01:15
<b>13 z 15</b> przerwa obiadowa	Roman Tracz	31-05-2026	12:45	13:30	00:45
<b>14 z 15</b> Moduł 8: Dobre praktyki ekologiczne biura – opcje sprawdzania i wydruku	Roman Tracz	31-05-2026	13:30	15:00	01:30
<b>15 z 15</b> walidacja - egzamin	-	31-05-2026	15:00	16:00	01:00

## Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania w wysokości co najmniej 70% przysługuje Tobie zwolnienie z podatku VAT

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 150,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	384,38 PLN
Koszt osobogodziny netto	312,50 PLN
W tym koszt walidacji brutto	354,24 PLN
W tym koszt walidacji netto	288,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	138,38 PLN

# Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

## Roman Tracz

Specjalizacja: Ekspert MS Office (Excel, Word), Analityk Systemów IT  
Ekspert z ponad 20-letnim, różnorodnym doświadczeniem w branży IT. Specjalizujący się m.in. we wdrażaniu, administracji i optymalizacji systemów informatycznych oraz wsparciu i szkoleniu użytkowników w zakresie obsługi aplikacji, narzędzi i systemów IT. Praktyk, który przeszedł pełną ścieżkę zawodową od programisty poprzez administratora i konsultanta systemów IT do projektanta systemów biznesowych. W swojej karierze współpracował oraz dzielił się wiedzą i doświadczeniem z różnymi klientami: szkoły, instytucje medyczne oraz korporacje. Prowadził instruktaże i szkolenia stanowiskowe dla pracowników technicznych i nietechnicznych, tłumacząc złożone procesy w sposób przystępny i zrozumiały. Jest konsultantem książki poświęconej arkuszom kalkulacyjnym Excel pt. "Excel, droga do marzeń", co potwierdza jego unikalne kompetencje merytoryczne i umiejętność strukturyzowania wiedzy. Współwłaściciel firmy szkoleniowej Exceller Sp. z o.o. Ostatnia aktualizacja wiedzy w 2025 roku, Akademia Excela, poziom zaawansowany, 80h.2026r uzyskane certyfikaty: Ślad węglowy w organizacji, Raportowanie ESG w praktyce, IRO w raportowaniu CSRD,

# Informacje dodatkowe

## Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały szkoleniowe:

skrypty i materiały multimedialne dostępne w formie elektronicznej, umożliwiające samodzielne utrwalanie wiedzy, dodatkowo każdy uczestnik otrzyma książkę (drukowana) pt. EXCEL droga do marzeń, autor Kinga Adamska

## Warunki uczestnictwa

Treści szkoleniowe pozostają w spójności z zielonymi kompetencjami wskazanymi przez Komisję Europejską w bazie ESCO

Uczestnicy rozwijają m.in. umiejętności: włączania narzędzi cyfrowych w procesy usprawniające gospodarowanie zasobami, promowania zrównoważonych rozwiązań w środowisku pracy, wspierania odpowiedzialnej transformacji cyfrowo-ekologicznej, przystosowywania swoich działań do potrzeb rynku pracy w kontekście zielonej i cyfrowej zmiany.

1 godzina szkoleniowa odpowiada 60 minutom.

Szkolenie zawiera 12h praktycznych, 4h teoretyczne

## Informacje dodatkowe

Warunek ukończenia:

obecność na co najmniej 80% zajęć.

Tryb szkolenia:

stacjonarny, warsztatowy.

Dostęp do sprzętu:

Organizator zapewnia dla każdego uczestnika szkolenia komputer o parametrach:

- 14cali
- Procesor 15
- Min 8 generacji
- Pamięć 8GB
- Dysk 120
- Windows 11 pro

Podstawa zwolnienia z VAT:

1) § 3 ust. 1 pkt. 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień - w przypadku dofinansowania w co najmniej 70%

2) W przypadku braku uzyskania dofinansowania lub uzyskania poniżej 70%, do ceny usługi należy doliczyć 23% VAT

## Adres

ul. Bukowa 19A

43-460 Wisła

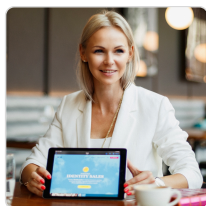
woj. śląskie

Hotel Crystal Mountain

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe

## Kontakt



**KLAUDIA KRABES-CZARNACKA**

**E-mail** [klaudia.krabes@gmail.com](mailto:klaudia.krabes@gmail.com)

**Telefon** (+48) 515 077 946