



DO IT NOW by  
Klaudia Krabes-  
Czarnacka

★★★★★ 4,8 / 5

145 ocen

## Szkolenie Arkusze kalkulacyjne Excel dla zielonych organizacji- jako narzędzie Green Comp, automatyzacja, organizacja, przewaga zawodowa, zakończone kwalifikacją: Arkusze kalkulacyjne Moduł B4

Numer usługi 2026/06/22/195795/3642577

- 📍 Wisła
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📄 stacjonarna
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 16:00 h
- 📅 01.08.2026 do 02.08.2026

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

<b>Kategoria</b>	Informatyka i telekomunikacja / Aplikacje biznesowe
<b>Grupa docelowa usługi</b>	Grupą docelową szkolenia są: <ul style="list-style-type: none"><li>• Pasjonaci ekologii i świadomego prowadzenia firmy w sferach optymalizacji.</li><li>• Osoby chcące optymalizować zużycie energii, ograniczać odpady, digitalizować dokumenty.</li><li>• Osoby fizyczne prowadzące działalność gospodarczą</li><li>• Osoby pracujące nie prowadzące działalności gospodarczej</li><li>• Osoby, których znajomość programu MS Excel jest na poziomie podstawowym</li></ul>
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	4
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	15
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	31-07-2026
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	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. Przygotowuje do samodzielnego korzystania z arkuszy kalkulacyjnych MC Excel i do 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 buduje świadomość ekologiczną i wymienia wartości dotyczące zrównoważonego rozwoju	<ul style="list-style-type: none"><li>- określa własny potencjał do wprowadzenia zmian w środowisku</li><li>- wymienia elementy zrównoważonego rozwoju, które można przedstawić, a następnie analizować w arkuszu kalkulacyjnym np. poziom emisji CO2, zużycie energii, zużycie materiałów</li></ul>	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik używa arkuszy kalkulacyjnych w ramach cyfryzacji i paperless	<ul style="list-style-type: none"><li>- 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.</li></ul>	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"><li>- Personalizuje aplikacje i stosuje wbudowanej Pomocy do optymalizacji czasu pracy specjalisty ds. zrównoważonego rozwoju 7, 8</li></ul>	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
<p>Uczestnik definiuje dobre praktyki ekologicznego biura</p>	<p>- Zarządza ustawieniami strony z perspektywy zasobooszczędności: minimalizuje marginesy, obustronny układ i skalowanie w celu zmniejszenia liczby potrzebnych stron do wydruku (postawa proekologiczna).  Dodaje stopki i nagłówków do poufnych raportów zarządczych.  Ostatecznie weryfikuje błędy językowe i rachunkowe przed ewentualnym drukiem lub generowaniem pliku ostatecznego 31.  Korzysta z podglądu w celu unikania zbędnego drukowania, stanowiące praktyczny element zielonych kompetencji w codziennym środowisku pracy 32, 33.</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>

## 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 – 9:00 | Moduł I Budowanie świadomości ekologiczną i przedstawienie wartości wdrażania zrównoważonego rozwoju

Poznanie definicji i wartości zrównoważonego rozwoju. Identyfikowanie różnych stylów życia, stylów pracy i wzorców konsumpcji oraz dostosowania się do nich, aby zużywać mniej zasobów naturalnych.

Wizualizowanie w arkuszu kalkulacyjnym alternatywnej zrównoważonej przyszłości oraz interpretacja wyników, które sytuacje stają się możliwością, ograniczeniem, a które zagrożeniem.

9:00- 10:00 Moduł II : Cyfryzacja i *paperless* – praca z aplikacją i ustawienia skroszytu

Tworzenie, otwieranie i zamykanie skroszytów 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.

10:00 – 10:15 | Przerwa kawowa

10:15 – 12:45 | Moduł III : 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 polityk i procedur w dokumentacji.

12:45 – 13:30 | Przerwa obiadowa

13:30 – 14:30 | Moduł IV: 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 skroszytami poszczególnych spółek z grupy kapitałowej.

14:30-14:40 | Przerwa kawowa

14:40 – 16:00 | Moduł V: 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 VI: Agregacja danych do raportów CSRD – korzystanie z wbudowanych funkcji

Używanie 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). 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 VII : 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 VIII : 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 IX: 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 nagłówków 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 X

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 PROFILE CERTIFICATE, ECDL/ICDL Arkusze kalkulacyjne Moduł B4

link do certyfikatu <https://icdl.pl/wp-content/uploads/2024/10/b4-modul.pdf>

Efekty uczenia związane z nabyciem zielonych kompetencji będą walidowane - metodą walidacji jest obserwacja w warunkach rzeczywistych, cały materiał szkolenia jest stworzony do nabycia zielonych kompetencji.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 15</b> Moduł I Budowanie świadomości ekologicznej i przedstawienie wartości wdrażania zrównoważonego rozwoju	Zajęcia	KINGA ADAMSKA	01-08-2026	08:00	09:00	01:00
<b>2 z 15</b> Moduł II : Cyfryzacja i paperless praca z aplikacją i ustawienia skoroszytu	Zajęcia	KINGA ADAMSKA	01-08-2026	09:00	10:00	01:00
<b>3 z 15</b> -	Przerwa	-	01-08-2026	10:00	10:15	00:15
<b>4 z 15</b> Moduł3: Bazy danych środowiskowych i społecznych praca z komórkami	Zajęcia	KINGA ADAMSKA	01-08-2026	10:15	11:45	01:30
<b>5 z 15</b> Moduł 4: Organizacja wskaźników ESRS zarządzanie arkuszami cz.I	Zajęcia	KINGA ADAMSKA	01-08-2026	11:45	12:45	01:00
<b>6 z 15</b> -	Przerwa	-	01-08-2026	12:45	13:30	00:45
<b>7 z 15</b> Moduł4: Organizacja wskaźników ESRS zarządzanie arkuszami cz.II	Zajęcia	KINGA ADAMSKA	01-08-2026	13:30	14:30	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 15 Moduł5: Podstawy analityki zrównoważonego rozwoju formuły arytmetyczne	Zajęcia	KINGA ADAMSKA	01-08-2026	14:30	16:00	01:30
9 z 15 Moduł6: Agregacja danych do raportów CSRD korzystanie z wbudowanych funkcji	Zajęcia	KINGA ADAMSKA	02-08-2026	08:00	09:30	01:30
10 z 15 -	Przerwa	-	02-08-2026	09:30	09:45	00:15
11 z 15 Moduł 7: Przejrzystość raportowania formatowanie danych i wyglądu tabeli	Zajęcia	KINGA ADAMSKA	02-08-2026	09:45	11:30	01:45
12 z 15 Moduł8: Prezentacja strategii i postępów wizualizacja danych na wykresach	Zajęcia	KINGA ADAMSKA	02-08-2026	11:30	12:45	01:15
13 z 15 -	Przerwa	-	02-08-2026	12:45	13:30	00:45
14 z 15 Moduł9: Dobre praktyki ekologiczne biura – opcje sprawdzania i wydruku	Zajęcia	KINGA ADAMSKA	02-08-2026	13:30	15:00	01:30
15 z 15 -	Walidacja	-	02-08-2026	15:00	16:00	01:00

## Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00
w tym suma godzin zajęć	13:00
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	02:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:30

## Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania za zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2024 r. o podatku od towarów i usług, jeśli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 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, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

## 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	270,60 PLN
W tym koszt walidacji netto	220,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	184,50 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	150,00 PLN

## Liczba godzin usługi

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### KINGA ADAMSKA

Kinga Adamska to ekspertka z ponad 15-letnim doświadczeniem w praktycznym wykorzystywaniu zaawansowanej analityki danych do optymalizacji kosztów zakupowych oraz procesów kontrolingowych w złożonych strukturach organizacyjnych. Jej fundamentem zawodowym jest praca na stanowiskach związanych z finansami, gdzie specjalizowała się w budowaniu modeli matematycznych służących do monitorowania zużycia zasobów i identyfikacji obszarów nieefektywności ekonomicznej. Dodatkowo w ciągu ostatnich 5 lat, jako założycielka firmy EMPIRIA i trenerka umiejętności cyfrowych, zrealizowała ponad 1000 godzin dydaktycznych, szkoląc ponad 500 specjalistów. Jej autorska metoda nauczania kładzie szczególny nacisk na wykorzystanie arkuszy kalkulacyjnych jako narzędzi wsparcia decyzji w procesach transformacji gospodarczej. Dzięki doświadczeniu w optymalizacji zakupów (w tym mediów energetycznych), potrafi przełożyć surowe dane odczytowe na strategiczne wnioski dotyczące rentowności inwestycji w nowoczesne technologie.

Jest autorką książki „Excel, droga do marzeń” oraz specjalistycznych kursów online, w których promuje podejście data-driven management (zarządzanie oparte na danych). Jej kompetencje w zakresie integracji systemów i digitalizacji procesów pozwalają kursantom na wdrażanie rozwiązań realnie redukujących ślad węglowy i zużycie zasobów w ich organizacjach. Ostatnio ukończone kursy 2026r: Ślad węglowy w organizacji, Raportowanie ESG w praktyce.

## 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.

## Informacje dodatkowe

Warunek ukończenia:

obecność na co najmniej 80% zajęć.

Tryb szkolenia:

stacjonarny, warsztatowy.

Dostęp do sprzętu:

Organizator zapewni dla każdego uczestnika szkolenia komputer o parametrach:

- 14cali
- Aplikacja Excel

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 Wiśla

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