



Akademia Spa
Tomasz Tomasik



ANTI – AGING PROCESS

Numer usługi 2024/09/05/166474/2295592

📍 Kielce / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 25.11.2024 do 26.11.2024

3 000,00 PLN brutto

3 000,00 PLN netto

187,50 PLN brutto/h

187,50 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest do osób prowadzących działalność związaną z pielęgnacją twarzy i ciała, takich jak kosmetolodzy, masażyści czy terapeuci, którzy chcą poszerzyć swoją ofertę o techniki anti-aging. Również osoby indywidualne, chcące się w tym kierunku rozwijać by w przyszłości świadczyć takie usługi, osoby zainteresowane rozpoczęciem swojej przygody z profesjonalną pielęgnacją skóry, automasażem oraz naturalnymi metodami opóźniania procesów starzenia, znajdą tu praktyczną wiedzę i umiejętności do samodzielnego stosowania w codziennej pielęgnacji.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	8
Data zakończenia rekrutacji	24-11-2024
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 samodzielnego stosowania technik automasażu twarzy, szyi i dekolту, a także wykonywania auto drenażu limfatycznego w celu poprawy wyglądu skóry oraz opóźnienia procesów starzenia. Uczestnik będzie również potrafił analizować zmiany estetyczne twarzy na podstawie biomechanizmu starzenia i rozluźniać napięcia mięśniowe dla lepszej elastyczności skóry.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Rozumie anatomie i fizjologię twarzy	Opisuje strukturę anatomiczną twarzy, w tym główne mięśnie i tkanki, oraz ich funkcje.	Test teoretyczny
Opisuje biomechanizm starzenia i jego wpływu na wygląd skóry	Omówia, jak napięcie mięśniowe wpływa na estetykę twarzy i jakie zmiany są związane z wiekiem.	Test teoretyczny
Stosuje efektywne techniki automasażu i drenażu limfatycznego	Demonstruje techniki automasażu i drenażu limfatycznego, wskazując poprawne ruchy i nacisk.	Test teoretyczny
Analizuje zmiany estetyczne na podstawie biomechanizmu starzenia	Łączy teorię biomechaniki starzenia z praktycznymi technikami poprawy wyglądu skóry.	Test teoretyczny
Komunikuje i doradza w zakresie pielęgnacji skóry	Doradza klientom lub osobom indywidualnym w zakresie doboru technik pielęgnacyjnych, odpowiadając na pytania i rozwiewając wątpliwości.	Test teoretyczny
Stosuje nabytą wiedzę w codziennej pielęgnacji	Ocenia skuteczność wprowadzonych technik na podstawie obserwacji i osobistych odczuć, a także dostosować je w razie potrzeby.	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

Tak, dokument potwierdzający kompetencję zawiera opis efektów uczenia się.

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

Tak, walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria weryfikacji.

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

Tak, dokument potwierdza zdobycie wiedzy teoretycznej i praktycznych umiejętności oraz informuje o przebiegu szkolenia ze wskazaniem na część szkoleniową i sprawdzającą efekty uczenia.

Program

Moduł I

Struktura anatomiczna twarzy oraz jej fizjologia

- Wprowadzenie do anatomii twarzy, szczegółowe omówienie struktur mięśniowych, tkankowych oraz funkcji fizjologicznych.
- Zrozumienie podstaw, które pozwolą na lepsze zrozumienie procesów starzenia oraz skuteczne przeciwdziałanie im.

Mięśnie twarzy – lokalizacja oraz palpacyjne określenie ich napięcia

- Praktyczne zajęcia z identyfikacji głównych mięśni twarzy oraz ocena ich napięcia.
- Nauka technik palpacyjnych, które pozwalają określić stan mięśniowy i napięciowy.

Biomechanizm zmian estetycznych na twarzy

- Analiza zmian zachodzących na twarzy wraz z wiekiem.
- Omówienie, jak napięcie w różnych strefach wpływa na estetykę twarzy oraz które zmiany są bezpośrednio związane z procesami starzenia.

Wykonanie zdjęć i analiza w oparciu o biomechanizm starzenia

- Praktyczne sesje fotograficzne oraz szczegółowa analiza zdjęć w kontekście biomechanizmu starzenia.
- Ocenianie napięć mięśniowych i ich wpływu na wygląd twarzy.

Moduł II

Automasaż – nauka efektywnych technik masażu twarzy, szyi i dekoltu

- Wprowadzenie do technik automasażu, które poprawiają krążenie, uelastyczniają skórę oraz wspomagają regenerację.
- Praktyczne ćwiczenia obejmujące twarz, szyję i dekolt.

Rola drenażu limfatycznego – nauka auto drenażu limfatycznego

- Teoria i praktyka drenażu limfatycznego.
- Nauka technik, które pomagają w redukcji obrzęków, poprawiają krążenie limfy oraz wpływają na zdrowy wygląd skóry.

Korzyści z masażu twarzy i technik relaksacyjnych

- Szczegółowe omówienie korzyści masażu twarzy, w tym poprawy krążenia krwi, produkcji kolagenu oraz relaksu całego organizmu.
- Praktyka technik relaksacyjnych poprawiających samopoczucie i zdrowie skóry.

Elementy odmładzającej pracy z ciałem

- Nauka technik pracy z ciałem, które wspomagają odmładzanie i regenerację.
- Integracja ruchów i masażu, które wspomagają zdrowy i młody wygląd skóry oraz redukcję

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 11

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 11 Struktura anatomiczna twarzy oraz jej fizjologia	Justyna Młodawska	25-11-2024	08:00	10:00	02:00
2 z 11 Mięśnie twarzy – lokalizacja oraz palpacyjne określenie ich napięcia	Justyna Młodawska	25-11-2024	10:00	12:00	02:00
3 z 11 Przerwa	Justyna Młodawska	25-11-2024	12:00	12:15	00:15
4 z 11 Biomechanizm zmian estetycznych na twarzy	Justyna Młodawska	25-11-2024	12:15	14:15	02:00
5 z 11 Wykonanie zdjęć i analiza w oparciu o biomechanizm starzenia	Justyna Młodawska	25-11-2024	14:15	16:00	01:45
6 z 11 Automasaż – nauka efektywnych technik masażu twarzy, szyi i dekoltu	Justyna Młodawska	26-11-2024	08:00	10:00	02:00
7 z 11 Rola drenażu limfatycznego – nauka auto drenażu limfatycznego	Justyna Młodawska	26-11-2024	10:00	12:00	02:00
8 z 11 Przerwa	Justyna Młodawska	26-11-2024	12:00	12:15	00:15
9 z 11 Korzyści z masażu twarzy i technik relaksacyjnych	Justyna Młodawska	26-11-2024	12:15	14:15	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 11 Elementy odmładzającej pracy z ciałem	Justyna Młodawska	26-11-2024	14:15	15:45	01:30
11 z 11 Walidacja	Justyna Młodawska	26-11-2024	15:45	16:00	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	187,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	187,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Justyna Młodawska

Justyna Młodawska – absolwentka Wyższej Szkoły Fizjoterapii we Wrocławiu na kierunku Kosmetologia, certyfikowana terapeutka Zoga Face Integration™, terapeutka czaszkowo – krzyżowa w ujęciu biodynamicznym, trenerka oddechu metodą Butejko®, terapeutka Ajana – holistycznej harmonizującej pracy z biopolem. Ukończyłam wiele szkoleń z zakresu manualnych terapii odmładzających i innych dotyczących zarówno twarzy jak i ciała (m.in., Facemodeling, drenaż i masaż transbukalny Dr Sergey Shchurevich integracja strukturalna czaszki Sharon Wheler, praca ze stawem skroniowo – żuchwowym i wiele innych). Jestem nieustannie w procesie nauki. Moją pasją jest działanie holistyczne. Swoje zainteresowanie kieruję w stronę psychosomatyki i zintegrowanej, wielopłaszczyznowej pracy z klientem. Na co dzień prowadzę gabinet w którym wykonuję zabiegi oraz od 2018 roku współpracuję z Akademia SPA Tomasik jako instruktor masażu. Posiada duże doświadczenie zawodowe i kwalifikacje związane z tematyką usługi zdobyte nie wcześniej niż 5 lat liczone przed datą rozpoczęcia realizacji usługi rozwojowej

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

skrypt szkoleniowy

Informacje dodatkowe

Informacje:

- Po zrealizowanym szkoleniu uczestnik otrzyma certyfikat potwierdzający uczestnictwo w szkoleniu - wymagane jest uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć wraz z zaliczeniem testu.
- Uczestnicy usługi nie muszą wykazywać się minimalnym doświadczeniem / stażem aby uczestniczyć w usłudze rozwojowej
- Fakt uczestnictwa w każdym dniu usługi rozwojowej musi zostać potwierdzony przez uczestnika własnoręcznym podpisem złożonym na udostępnionej przez organizatora liście obecności
- Uczestnicy usługi nie muszą wykazywać się minimalnym doświadczeniem / stażem aby uczestniczyć w usłudze rozwojowej
- Walidacja i przerwy wliczone są w czas trwania usługi

Adres

Kielce

Kielce

woj. świętokrzyskie

Kontakt



Aleksandra Brukiewa

E-mail aleksandra168@op.pl

Telefon (+48) 889 109 396