



ODNOVA Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

6 712 ocen

Kurs Rozejście mięśnia prostego brzucha - diagnostyka i terapia

Numer usługi 2024/12/16/55596/2465896

📍 Wrocław / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 20 h

📅 14.12.2025 do 15.12.2025

1 650,00 PLN brutto

1 650,00 PLN netto

82,50 PLN brutto/h

82,50 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Kurs skierowany jest do:

- fizjoterapeutów w szczególności uroginekologicznych i zajmujących się kobietami w ciąży i po porodzie,
- terapeutów dna miednicy,
- trenerów personalnych,
- trenerów medycznych pracujących z pacjentami z zaburzeniami w obrębie kresy białej,
- lekarzy,
- osteopatów,
- usługa adresowana jest również do uczestników projektów: Kierunek-Rozwój, Akademia HR, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II, Małopolski pociąg do kariery - sezon 1, Nowy start w Małopolsce z EURESem.

Minimalna liczba uczestników

12

Maksymalna liczba uczestników

24

Data zakończenia rekrutacji

13-12-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

20

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje uczestników do samodzielnej pracy w zakresie badania manualnego, wnioskowania klinicznego, badania narzędziowego, wykorzystania elektrostymulacji, podstaw USG, terapii sprzętowej oraz techniki pracy manualnej z pacjentkami z rozejściem mięśnia prostego brzucha.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje warunki powstania kresy, ryzyka i rozejścia. Samodzielnie określa normy funkcjonalne, badanie statyczne i dynamiczne, anatomię i fizjologię ściany brzucha i mięśni dna miednicy	Uczestnik definiuje rozejścia, czynniki ryzyka, warunki powstania kresy	Test teoretyczny
	Uczestnik określa funkcje core dla prawidłowego działania kresy	Test teoretyczny
	Uczestnik określa normy funkcjonalne kresy białej, badanie statyczne i dynamiczne oraz określa skale diagnostyczne do oceny stanu klinicznego pacjentki	Test teoretyczny
	Uczestnik definiuje anatomię i fizjologię ściany brzucha i mięśni dna miednicy powiązanych z kresą białą	Test teoretyczny
Uczestnik samodzielnie przy wykorzystaniu technik manualnych oraz terapii sprzętowej leczy pacjentki z rozejściem mięśnia prostego brzucha	Uczestnik prowadzi ćwiczenia fizyczne z uwzględnieniem treningu siłowego do uzyskania poprawy funkcji mięśni brzucha u pacjentki	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik przeprowadza badanie postawy ciała dla potrzeb pracy z diastazą oraz pracuje technikami globalnymi i lokalnymi w terapii rozejścia	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik wykorzystuje urządzenia i terapie wspomagające pracę z rozejściem - terapia tecar, taping, elektrostymulacja, biofeedback, techniki osteopatyczne	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik jest świadomy przestrzegania praw pacjenta i zasad etyki zawodowej oraz potrzeby ciągłego kształcenia się	1. Uczestnik dąży do samodoskonalenia poprzez systematyczne aktualizowanie wiedzy i umiejętności	Debata swobodna
	2. Uczestnik posiada zdolność do kształtowania własnego rozwoju oraz autonomicznego i odpowiedzialnego uczestniczenia w życiu zawodowym i społecznym, z uwzględnieniem etycznego kontekstu własnego postępowania	Debata swobodna

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

TAK

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

TAK

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

TAK

Program

Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu: Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka. Celem łatwiejszego osiągnięcia celu głównego uczestnicy powinni zapoznać się z materiałami dydaktycznymi otrzymanymi na kursie oraz zapoznać się z ogólnodostępną literaturą naukową.

Forma szkolenia: Trening połączony z wykładem, dyskusja, ćwiczenia, praca na sobie nawzajem lub na modelach. Uczestnicy pracują w parach, każda z par przy jednym stole fizjoterapeutycznym.

Czas: 20 godzin dydaktycznych

PROGRAM KURSU :

Dzień I

1. Definicja rozejścia, czynniki ryzyka, warunki powstania.
2. Funkcja core dla prawidłowego działania kresy. Anatomia i fizjologia ściany brzucha i mięśni dna miednicy powiązanych z kresą białą.
3. Badanie postawy ciała dla potrzeb pracy z diastazą.
4. Normy funkcjonalne kresy białej, badanie statyczne i dynamiczne.
5. USG kresy przez powłoki brzuszne.
6. Techniki globalne i lokalne w terapii rozejścia.
7. Praca manualna i techniki wspomagające w okresie ciąży i połogu.

Dzień II

1. Ćwiczenia wolne oraz ćwiczenia z wykorzystaniem drobnego sprzętu w korekcji funkcji kresy białej.
2. Techniki i urządzenia wspomagające pracę z rozejściem:
 - terapia tecar,
 - taping,
 - elektrostymulacja,
 - biofeedback,
 - techniki osteopatyczne.
3. Walidacja.

Szkolenie obejmuje wiedzę teoretyczną w zakresie anatomii i fizjologii core oraz związanych z kresą mięśni dna miednicy, a także połączeń funkcjonalnych w ciele, zaburzeń czynnościowych kresy, zmianach w ciele kobiety w okresie ciąży i połogu oraz zmianach związanych z treningiem sportowym w obrębie kresy białej.

Szkolenie obejmuje holistyczne podejście do problemu diastazy.

Kurs trwa 20 godz. dydaktycznych, co stanowi 15 godz. zegarowych. W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 2 h. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Krótkie przerwy dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dydaktyczna (szkoleniowa) = 45 min

Liczba godzin kursu obejmuje zajęcia teoretyczne – 6 godzin dydaktycznych, oraz zajęcia praktyczne – 14 godzin dydaktycznych.

Metoda weryfikacji obecności - lista obecności podpisywana przez uczestników kursu.

Uczestnika obowiązuje udział w co najmniej 80% zajęć.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 5

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 5 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dz I, punkty 1-4 - w bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy	Agnieszka Bachorz	14-12-2025	08:00	12:30	04:30
2 z 5 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dz I, punkty 5-7 - w bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy	Agnieszka Bachorz	14-12-2025	12:30	17:00	04:30
3 z 5 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dz II, punkt 1 - w bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy	Agnieszka Bachorz	15-12-2025	08:00	12:30	04:30
4 z 5 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dz II, punkt 2 - w bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy	Agnieszka Bachorz	15-12-2025	12:30	15:45	03:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 5 Punkt 3. Walidacja	-	15-12-2025	15:45	16:00	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 650,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 650,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	82,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	82,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Agnieszka Bachorz

Ukończyła AWF we Wrocławiu w 2004, tytuł specjalisty fizjoterapii uzyskała w 2019 roku. Jest absolwentką wielu szkoleń w dziedzinie fizjoterapii, zarówno fizjoterapii ogólnej jak i terapii dna miednicy. Ukończyła prestiżowy cykl szkoleń fizjoterapii dna miednicy prowadzony przez wykładowców z Wielkiej Brytanii, Francji, Brazylii i Belgii.

23 –letnie doświadczenie zdobywała w szpitalach, prywatnych gabinetach i dużych klinikach. Przez 6 lat wykładała na Wydziale Fizjoterapii prywatnej uczelni, Akademii Medycznej oraz prowadząc kursy i szkolenia zarówno z fizjoterapii ogólnej jak i fizjoterapii dna miednicy. Czynnie uczestniczy w sympozjach i konferencjach medycznych i biomechanicznych. Jest autorką publikacji dla przeglądu urologicznego.

W pracy stara się podchodzić do pacjenta holistycznie, zwracając uwagę na jego wszystkie problemy zdrowotne i uwzględniając je podczas planowania terapii. Ze względu na specyfikę pracy z dnem miednicy, ukończyła również wiele szkoleń z zakresu dietetyki i probiotykoterapii. Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi do BUR.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Na początku kursu kursanci otrzymują skrypt obejmujący materiał dydaktyczny przygotowany dla danego szkolenia.

Warunki uczestnictwa

1. Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.

2. Przed dokonaniem zapisu na usługę w BUR wymagane jest zgłoszenie poprzez formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie [https://odnova.org.pl/kursy/pod opisem wybranego szkolenia](https://odnova.org.pl/kursy/pod-opisem-wybranego-szkolenia), w celu potwierdzenia dostępności miejsca.

3. Uczestniczki będące w ciąży, bądź podejrzewające, że mogą być w ciąży, winny poinformować o swoim stanie Organizatora.

4. Wymagane jest zapoznanie się i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych ODNOWA.

Informacje dodatkowe

Podstawa zwolnienia z VAT:

art. 43 ust. 1 pkt 26 lit. a Ustawa o podatku od towarów i usług

par. 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.

Kurs nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności Organizator nie pokrywa oraz nie dokonuje zwrotu kosztów związanych z dojazdem uczestnika na usługę, jego zakwaterowaniem oraz wyżywieniem.

Zawarto umowę z: WUP w Toruniu w ramach projektu Kierunek-Rozwój, WUP w Krakowie w ramach projektu "Małopolski pociąg do kariery" oraz "Nowy start w Małopolsce z EURESem".

Adres

ul. Januszowicka 5

53-135 Wrocław

woj. dolnośląskie

Inkubator Przedsiębiorczości triQube

Budynek sąsiadujący z Dolnośląską Agencją Współpracy Gospodarczej przy ul. Kasztanowej. Z jednego do drugiego budynku można przejść łącznikiem.

Do Inkubatora Przedsiębiorczości główne wejście jest od ul. Januszowickiej.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Sala będzie spełniała bezpieczne i higieniczne warunki pracy

Kontakt



Joanna Dobska

E-mail szkolenia@odnova.org.pl

Telefon (+48) 694 225 457