



SPASJA CENTRUM  
SZKOLENIOWE  
DAWID MARCINIAK  
SPÓŁKA  
KOMANDYTOWA



## Kurs Masażu w ciąży i położu

Numer usługi 2024/12/19/168153/2471087

📍 Wrocław / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 11 h

📅 06.07.2025 do 06.07.2025

750,00 PLN brutto

750,00 PLN netto

68,18 PLN brutto/h

68,18 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

### Sposób dofinansowania

wsparcie dla osób indywidualnych  
wsparcie dla pracodawców i ich pracowników

### Grupa docelowa usługi

Kurs Masażu kobiet w ciąży i położu przeznaczony jest dla profesjonalistów zajmujących się masażem, a także dla osób pracujących z kobietami w okresie ciąży i położu. Preferowana grupa na kursie masażu kobiet ciężarnych to:

- MASAŻYŚCI
- REHABILITANCI
- FIZJOTERAPEUCI
- STUDENCI FIZJOTERAPII I MASAŻU (OD 2 ROKU STUDIÓW)
- POŁOŻNE
- DOULE

**UWAGA: kursantki będące w ciąży, tuż przed kursem powinny odbyć wizytę u lekarza prowadzącego i otrzymać stosowne zaświadczenie pozwalające na wykonywanie technik podczas szkolenia!**

Kurs masażu w ciąży wzbogaci ofertę szkół rodzenia, gabinetów masażu oraz gabinetów fizjoterapii uroginekologicznej.

Usługa skierowana jest również do Uczestników Projektów: Małopolski Pociąg do Kariery, Lubuskie Bony Rozwojowe, Kierunek Rozwój, Bon Apetyt na Rozwój 2, Przepis na rozwój, Strefa Rozwoju Łódzkiej strefy ekonomicznej.

### Minimalna liczba uczestników

6

### Maksymalna liczba uczestników

12

### Data zakończenia rekrutacji

28-06-2025

|                                 |                                                                                                                  |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Forma prowadzenia usługi        | stacjonarna                                                                                                      |
| Liczba godzin usługi            | 11                                                                                                               |
| 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

Kurs przygotowuje do samodzielnego wykonania masażu w okresie ciąży i porodu z uwzględnieniem wskazań i przeciwwskazań do masażu w tym okresie, przy zachowaniu odpowiedniej pozycji ułożeniowej i za pomocą indywidualnie dobranych technik terapeutycznych.

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

| Efekty uczenia się                                                                                 | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                                                                               | Metoda walidacji                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Uczestnik definiuje wiedzę w zakresie masażu kobiet w ciąży i porodu                               | Uczestnik omawia czym jest masażu kobiet w ciąży i porodu oraz definiuje ich wpływ na kobietę                                                                                                                                                      | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                    | Uczestnik wymienia wskazania i przeciwwskazania do zabiegu masażu kobiet w ciąży i porodu                                                                                                                                                          | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                    | Uczestnik opisuje pozycje ułożeniowe i pomoce terapeutyczne w masażu okołoporodowym, oraz kryteria ich doboru do danej klientki                                                                                                                    | Test teoretyczny                    |
| Uczestnik prawidłowo wykonuje zabieg masażu kobiet w ciąży i porodu                                | Uczestnik prawidłowo stosuje pozycje ułożeniowe i pomoce terapeutyczne w masażu okołoporodowym, oraz kryteria ich doboru do danej klientki                                                                                                         | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                    | Uczestnik prawidłowo wykonuje poszczególne techniki masażu kobiet w ciąży i porodu (techniki masażu w ciąży w leżeniu na plecach, na boku, w pozycji siedzącej, na specjalnych nakładkach w leżeniu na brzuchu, w porodu oraz masażu blizny po CC) | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Uczestnik stosuje kompetencje społeczne podczas wykonywania zabiegu masażu kobiet w ciąży i porodu | Uczestnik komunikuje się z pacjentką, uwzględniając aspekty emocjonalne i fizyczne podczas sesji masażu kobiet w ciąży i porodu                                                                                                                    | Obserwacja w warunkach symulowanych |

# Kwalifikacje

## Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

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

Dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji 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?**

Dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji.

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

Dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

## Program

Kształcenie ma charakter stacjonarny. Kurs trwa 1 dzień. Są to zajęcia teoretyczno-praktyczne. Uczestnicy pracują w parach, wykonując poznane techniki na sobie nawzajem. Pracują przy kozetkach, znajdujących się na sali pod okiem Instruktorów.

Kurs Masażu kobiet w ciąży i połogu przeznaczony jest dla profesjonalistów zajmujących się masażem, a także dla osób pracujących z kobietami w okresie ciąży i połogu. Preferowana grupa na kursie masażu kobiet ciężarnych to:

- MASAŻYŚCI
- REHABILITANCI
- FIZJOTERAPEUCI
- STUDENCI FIZJOTERAPII I MASAŻU (OD 2 ROKU STUDIÓW)
- POŁOŻNE
- DOULE

**UWAGA: kursantki będące w ciąży, tuż przed kursem powinny odbyć wizytę u lekarza prowadzącego i otrzymać stosowne zaświadczenie pozwalające na wykonywanie technik podczas szkolenia!**

Kurs trwa łącznie 11 godzin szkoleniowych, które są ujęte w harmonogramie.

### Przerwy:

Przerwy o łącznej długości 60 minut nie są wliczone do czasu kursu.

Przerwy ujęte w harmonogramie (niewliczone do czasu kursu) nie zostały wyszczególnione oddzielnie ze względu na praktyczny charakter kursu. Osoba prowadząca szkolenie robi je w momencie zakończenia danego etapu zabiegu. Tempo wykonywania zabiegu może się różnić dla każdego uczestnika, więc nie ma możliwości podania precyzyjnego czasu rozpoczęcia i zakończenia przerwy.

### Szczegółowy program:

Program kursu masażu w ciąży obejmuje część teoretyczną i praktyczną, w tym:

1. RELAKSACYJNO-REWITALIZUJĄCY MASAŻ W OKRESIE OKOŁOPORODOWYM – WIADOMOŚCI OGÓLNE
2. WSKAZANIA DO WYKONANIA MASAŻU W OKRESIE OKOŁOPORODOWYM
3. PRZECIWSKAZANIA DO WYKONANIA MASAŻU W OKRESIE OKOŁOPORODOWYM
4. PRZYGOTOWANIA DO MASAŻU W OKRESIE OKOŁOPORODOWYM
5. WSTĘP DO MASAŻU W OKRESIE OKOŁOPORODOWYM

- Wybór pozycji ułożeniowej
- Wybór leżanek, nakładek itp. pomagających w terapii

#### 6. PRZEBIEG MASAŻU Z UWZGLĘDNIENIEM CHARAKTERYSTYCZNYCH DOLEGLIWOŚCI W OKRESIE OKOŁOPORODOWYM

- Masaż przedciążowy
  - Masaż brzucha, talii, ud – techniki zapobiegające rozstępom i autoterapia
- Masaż kobiety w ciąży
  - 1 spotkanie i 1 masaż (zapoznanie, omówienie strategii działania, pierwszy dotyk, przygotowanie do serii, przygotowanie partnera)
  - Przebieg masażu z uwzględnieniem prawidłowych pozycji ułożeniowych:
    - leżenie na plecach : techniki relaksacyjne okolic karku, kończyn górnych i dolnych
    - leżenie na boku : techniki relaksacyjne tułowia i pośladków
    - leżenie na brzuchu (na specjalnych nakładkach): techniki relaksacyjne tułowia
    - pozycja siedząca : techniki relaksacyjne tułowia, kończyn górnych
- Masaż w połogu
  - Masaż blizny po Cesarskim Cięciu „CC” – opracowanie manualne
  - Masaż brzucha, talii, ud – techniki rewitalizujące

#### 7. ZAKOŃCZENIE

#### 8. Walidacja

##### Walidacja

Walidacja w formie testu odbywa się na zakończenie kursu. Obserwacja w warunkach symulowanych odbywa się poprzez zebranie nagrań podczas wykonywania *wybranych* ćwiczeń praktycznych. Testy i nagrania są sprawdzane przez osobę prowadzącą walidację najpóźniej w dzień następujący po kursie i wtedy znane są wyniki.

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 6

| Przedmiot / temat zajęć                                                      | Prowadzący       | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>1 z 6</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - Punkty 1-3 programu. | Katarzyna Twaróg | 06-07-2025            | 09:00               | 10:30               | 01:30         |
| <b>2 z 6</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - Punkt 4-5 programu.  | Katarzyna Twaróg | 06-07-2025            | 10:30               | 11:30               | 01:00         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                                     | Prowadzący       | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>3 z 6</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - Punkty 6 programu - masaż przedciężowy. W bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy | Katarzyna Twaróg | 06-07-2025            | 11:30               | 13:00               | 01:30         |
| <b>4 z 6</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - Punkty 6 programu - masaż w ciąży. W bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy      | Katarzyna Twaróg | 06-07-2025            | 13:00               | 15:30               | 02:30         |
| <b>5 z 6</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - Punkty 6 programu - masaż w pologu.                                                 | Katarzyna Twaróg | 06-07-2025            | 15:30               | 18:00               | 02:30         |
| <b>6 z 6</b> Walidacja                                                                                                                      | -                | 06-07-2025            | 18:00               | 18:15               | 00:15         |

## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena       |
|-------------------------------------------|------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 750,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 750,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 68,18 PLN  |
| Koszt osobogodziny netto                  | 68,18 PLN  |

# Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

## Katarzyna Twaróg

Absolwentka AWF we Wrocławiu, magister fizjoterapii z 10 letnim doświadczeniem, stale szkoli się i podnosi swoje kwalifikacje, poprzez liczne szkolenia z zakresu fizjoterapii, kosmetologii, masażu oraz rozwoju osobistego. Specjalizuje się w terapii przeciwobrzękowej i terapiach tkanek miękkich. Członek Polskiego Towarzystwa Limfologii w tym zakresie ukończyła m.in. kursy z Kompleksowej terapii przeciwobrzękowej, Drenażu limfatycznego i KTP oraz współpracowała z Wrocławskim Stowarzyszeniem Amazonek.

Szkoli nieprzerwanie od ponad 7 lat. W swojej karierze współpracowała również z firmami kosmetycznymi, gdzie pogłębiała swoje doświadczenie trenerskie na terenie całej Polski, przeprowadziła ponad 100 szkoleń z zakresu masażu ciała i twarzy.

Uczestnik kursów zawodowych z zakresu:

Kompleksowa terapia przeciwobrzękowa

Drenaż limfatyczny

Kinesiology taping

Masaż tensegracyjny

Masaż tkanek głębokich

Powięź: zintegrowane techniki mięśniowo-powięziowe

Terapia punktów spustowych

Trening powięziowy, wzorce ruchu

Masaż kobiet w okresie okołoporodowym

Face therapy, holistyczna fizjoterapia twarzy (masaż transbukalny, dermoplasyczny, terapia psychosomatyczna, praca z oddechem, terapia powięziowa)

Masaż Lomi Lomi Nui

Masaż gorącymi kamieniami

Masaż relaksacyjno-aromaterapeutyczny

Masaż ciepłym miodem

Masaż stemplami ziołowymi

Masaż bambusowy

Terapia i masaż bańka chińską ogniową

Refleksologia twarzy

Masaż liftingujący twarzy

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

W cenie kursu masażu kobiet w ciąży i połogu uczestnik otrzymuje:

1. skrypt z materiałami dydaktycznymi
2. narzędzia do pracy podczas kursu
3. certyfikat ukończenia szkolenia masażu kobiet w ciąży i połogu w języku polskim
4. zaświadczenie MEN-III/1

### Warunki uczestnictwa

- Przed dokonaniem zapisu na usługę, prosimy o kontakt z Organizatorem w celu potwierdzenia dostępności miejsc. Prosimy o kontakt mailowy [spasja@spasja.pl](mailto:spasja@spasja.pl) lub telefoniczny.

- Następnie należy wypełnić formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie <https://spasja.pl> pod opisem wybranego szkolenia. Procedura opisana jest na stronie.
- W komentarzu należy zaznaczyć, że kurs będzie dofinansowany ze środków BUR oraz podać pełne dane do faktury.
- Po wysłaniu formularza i potwierdzeniu zapisu przez organizatora, można dokonać zapisu na usługę poprzez BUR.
- Wymagane jest przeczytanie i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych SPASJA.

## Informacje dodatkowe

- Kurs odbywa się w języku polskim
- Zwolnienie z VAT ze względu na rodzaj prowadzonej działalności (art. 43 ust 1 ustawy o VAT)
- Liczba godzin szkolenia została podana w godzinach szkoleniowych (1h szkoleniowa = 45 minut)
- Kurs trwa łącznie 11 godzin szkoleniowych, które są ujęte w harmonogramie
- Przerwy ujęte w harmonogramie (niewliczone do czasu kursu) nie zostały ujęte oddzielnie ze względu na praktyczny charakter kursu. Osoba prowadząca kurs robi je w momencie zakończenia danego etapu zabiegu. Tempo wykonywania zabiegu może się różnić dla każdego uczestnika, więc nie ma możliwości podania precyzyjnego czasu rozpoczęcia i zakończenia przerwy.
- Koszt szkolenia nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków trwałych przekazywanych Uczestnikom projektu, kosztów dojazdu i zakwaterowania.

## Adres

ul. Wyścigowa 56E  
53-012 Wrocław  
woj. dolnośląskie

Budynek ProConcept - numer sali szkoleniowej przesyłany jest uczestnikowi mailowo na kilka dni przed kursem.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Sala szkoleniowa spełnia wymogi Sanepidu i Straży Pożarnej: bezpieczne i higieniczne warunki pracy.

## Kontakt



**Magdalena Gubała**

**E-mail** [spasja@spasja.pl](mailto:spasja@spasja.pl)

**Telefon** (+48) 534 226 006