



Agencja Kontakt
Iwona Kozak



Szkolenie: tworzenie maści i kremów, ziołolecznictwo, masaż klasyczny, Reflektoryczny Masaż Stóp, masaż anti-aging, masaż gua sha, Refleksologii Twarzy i Głowy

Numer usługi 2025/02/12/47500/2555467

📍 Wrocław / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 60 h

📅 15.05.2025 do 18.06.2025

10 000,00 PLN brutto

10 000,00 PLN netto

166,67 PLN brutto/h

166,67 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Uroda
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	GRUPA DOCELOWA - nie są stawiane wymagania odnośnie poziomu lub rodzaju wykształcenia. Niemniej szkolenie jest polecane przede wszystkim osobom zajmującym się zawodowo wykonywaniem usług kosmetycznych w szczególności z zakresu tworzenie maści i kremów, ziołolecznictwo, masaż klasyczny, Reflektoryczny Masaż Stóp, masaż anti-aging, masaż gua sha, Refleksologii Twarzy i Głowy lub będącym w trakcie nabywania kwalifikacji w tym zakresie albo planujących ich nabycie lub planujących dalszy rozwój zawodowy w zakresie tworzenie maści i kremów, ziołolecznictwo, masaż klasyczny, Reflektoryczny Masaż Stóp, masaż anti-aging, masaż gua sha, Refleksologii Twarzy i Głowy
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	4
Data zakończenia rekrutacji	14-05-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	60
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Celem edukacyjnym jest zdobycie wiedzy teoretycznej dotyczącej podstaw prawnych wykonywania zabiegów z zakresu kosmologii estetycznej z zachowaniem prawidłowej systematyki zabiegowej, poznania uwarunkowań prawnych, przygotowania do zabiegu i specyfiki zabiegu. Szkolenie przygotowuje do samodzielnego wykonywania usług estetycznych z zakresu tworzenie maści i kremów, ziołolecznictwo, masaż klasyczny, Reflektoryczny Masaż Stóp, masaż anty-aging, masaż gush sha, Refleksologii Twarzy i Głowy

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje prawidłowo funkcje i efekty zabiegów wymienionych w temacie kursu	Efekty są na bieżąco monitorowane oraz korygowane przez szkoleniowca. Kursant samodzielnie wykonuje zabieg pod okiem szkoleniowca zgodnie z systematyką zabiegową.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Prawidłowo stosuje poszczególne etapy wykonania zabiegów	Efekty są na bieżąco monitorowane oraz korygowane przez szkoleniowca. Kursant samodzielnie wykonuje zabieg pod okiem szkoleniowca zgodnie z systematyką zabiegową.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Prawidłowo odczytuje co dzieje się podczas zabiegów i jakie preparaty powinny być użyte.	Efekty są na bieżąco monitorowane oraz korygowane przez szkoleniowca. Kursant samodzielnie wykonuje zabieg pod okiem szkoleniowca zgodnie z systematyką zabiegową.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Prawidłowo przekazuje wskazania i przeciwwskazania do zabiegów	Efekty są na bieżąco monitorowane oraz korygowane przez szkoleniowca. Kursant samodzielnie wykonuje zabieg pod okiem szkoleniowca zgodnie z systematyką zabiegową.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Nawiązuje prawidłowy kontakt z klientem w celu poznania jego gustu i oczekiwań	Efekty są na bieżąco monitorowane oraz korygowane przez szkoleniowca. Kursant samodzielnie wykonuje zabieg pod okiem szkoleniowca zgodnie z systematyką zabiegową.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Buduje trwałą relację z klientem	Efekty są na bieżąco monitorowane oraz korygowane przez szkoleniowca. Kursant samodzielnie wykonuje zabieg pod okiem szkoleniowca zgodnie z systematyką zabiegową.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

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

Program Szkoleń

tworzenie maści i kremów 1dzień/6h

Część teoretyczna

1. Podstawy kosmetyologii naturalnej:

- Zasady komponowania maści i kremów z naturalnych składników.
- Różnica między maściami, kremami, emulsjami i balsamami.

2. Zasady doboru składników:

- Charakterystyka baz tłuszczowych (masła, oleje roślinne, woski).
- Działanie substancji aktywnych (np. zioła, olejki eteryczne, witaminy).
- Dodatki stabilizujące i konserwujące – naturalne środki wydłużające trwałość produktów.

3. Właściwości terapeutyczne maści i kremów:

- Tworzenie produktów łagodzących podrażnienia, nawilżających, regenerujących czy przeciwbólowych.
- Omówienie zastosowań różnych produktów w kosmetyce i lecznictwie (np. krem do skóry suchej, maść na drobne rany).

4. Podstawy chemii kosmetycznej:

- Tworzenie emulsji (łączenie fazy wodnej i tłuszczowej).
- Równowaga pH – dlaczego jest ważna dla skóry i jak ją kontrolować w produktach.

5. Bezpieczeństwo i higiena pracy:

- Zasady higienicznego przygotowania kosmetyków.
- Przechowywanie i testowanie jakości produktów.

Część praktyczna

1. 1. Przygotowanie stanowiska pracy:

- Higiena, organizacja przestrzeni i odpowiednie narzędzia (naczynia, wagi, mieszadła).

2. Tworzenie baz do produktów:

- Przygotowanie różnych baz tłuszczowych (masła, oleje, woski).
- Nauka tworzenia emulsji – prawidłowe łączenie fazy wodnej i tłuszczowej.

3. Receptury produktów:

- Opracowywanie własnych receptur krok po kroku.
- Przygotowanie maści terapeutycznych (np. nawilżającej, regenerującej, przeciwzapalnej).
- Tworzenie kremów kosmetycznych dostosowanych do różnych typów skóry.

4. Dodawanie składników aktywnych:

- Wprowadzanie substancji roślinnych i olejków eterycznych.
- Dostosowanie proporcji do właściwości pielęgnacyjnych i terapeutycznych.

5. Testowanie i pakowanie produktów:

- Ocena konsystencji, zapachu i działania gotowych produktów.
- Dobór odpowiednich opakowań oraz ich estetyczne wykończenie.

ziołolecznictwo 1dzień/6h

Część teoretyczna

1. Podstawy ziołolecznictwa zachodniego:

- Historia i rozwój fitoterapii w kulturze zachodniej.
- Podział i klasyfikacja ziół według ich działania (np. przeciwzapalne, uspokajające, wzmacniające).
- Zastosowanie ziół w leczeniu najczęstszych dolegliwości, takich jak infekcje, problemy trawienne, czy stres.

2. Ziołolecznictwo w ujęciu medycyny wschodniej:

- Zasady Tradycyjnej Medycyny Chińskiej (TCM) i jej spojrzenie na zioła jako narzędzia równoważące energię Qi.
- Klasyfikacja ziół w medycynie wschodniej: właściwości termiczne, smaki oraz wpływ na meridiany.
- Holistyczne podejście do zdrowia – jak zioła wspierają równowagę organizmu.

3. Zasady komponowania mieszanek ziołowych:

- Jak łączyć zioła, by wzmocnić ich działanie.
- Dopasowanie receptur do indywidualnych potrzeb i stanów zdrowia.

4. Bezpieczeństwo stosowania ziół:

- Wskazania i przeciwwskazania dla różnych ziół.
- Interakcje ziół z lekami i ich wpływ na organizm.

5. Zbiór, suszenie i przechowywanie ziół:

- Jak rozpoznawać zioła w naturalnym środowisku.
- Najlepsze metody ich przygotowania do użytku terapeutycznego.

Część praktyczna

1. 1. 1. Rozpoznawanie ziół:

- Praca z suszonymi i świeżymi ziołami – identyfikacja po wyglądzie, zapachu i smaku.

2. Tworzenie preparatów ziołowych:

- Przygotowanie naparów, wywarów, nalewek, maści, i olejów ziołowych.
- Praktyczne zastosowanie ziół w kosmetyce i lecznictwie (np. herbatki relaksacyjne, syropy na przeziębienie).

3. Komponowanie receptur:

- Tworzenie mieszanek dopasowanych do konkretnych potrzeb zdrowotnych.
- Indywidualizacja receptur zgodnie z zasadami zachodniej i wschodniej fitoterapii.

4. Techniki zbioru i przetwarzania:

- Jak zbierać i przetwarzać zioła, aby zachować ich właściwości terapeutyczne.

5. Warsztat ziołowy:

- Praktyczne ćwiczenia z przygotowania codziennych preparatów ziołowych oraz bardziej zaawansowanych form terapeutycznych.

masaż klasyczny 2dni/6h

część teoretyczna

- Anatomia i fizjologia człowieka
- Wprowadzenie do zagadnień masażu klasycznego
- Rysunek historyczny
- Podstawowe zasady masażu klasycznego
- Środki wspierające masaż klasyczny

- Postawa masażyisty, zasady BHP
- Mechanizm działania masażu
- Techniki masażu
- Wpływ masażu na tkanki i układy organizmu
- Wskazania i przeciwwskazania do masażu

część praktyczna

- Wykonanie masażu na modelkach

Reflektoryczny Masaż Stóp 1 dzień/6h

Część teoretyczna:

- Wstęp teoretyczny – ok. 45 min
- Historia i pochodzenie techniki masażu stóp
- Zapoznanie z narzędziami do wykonywania tego masażu
- Omówienie wskazań i przeciwwskazań oraz działania zabiegu
- Pokaz techniki – ok. 1h

Część praktyczna:

- Wykonanie masażu na modelkach

masaż anty-aging 1dzień/6h

Część teoretyczna

- Wprowadzenie do masażu Gua Sha: historia i korzyści
- Omówienie wskazań i przeciwwskazań oraz działania zabiegu
- Wybór narzędzi Gua Sha i ich właściwe zastosowanie
- Demonstracja podstawowych technik masażu Gua Sha
- Integracja wszystkich technik w kompleksowy masaż

Część praktyczna

- Wykonanie masażu na modelkach
- Ocena postępów i indywidualne porady dla uczestników

masaż gua sha 1 dzień/6h

Część teoretyczna

- Wprowadzenie do masażu Gua Sha: historia i korzyści
- Omówienie wskazań i przeciwwskazań oraz działania zabiegu
- Wybór narzędzi Gua Sha i ich właściwe zastosowanie
- Demonstracja podstawowych technik masażu Gua Sha
- Integracja wszystkich technik w kompleksowy masaż

Część praktyczna

- Wykonanie masażu na modelkach
- Ocena postępów i indywidualne porady dla uczestników

Refleksologii Twarzy i Głowy 3dni/6h

Część teoretyczna

- Omówienia układu kostnego
- Omówienia układu mięśniowego
- Omówienia układu naczyniowego
- Omówienia układu nerwowego
- Omówienia narządów zmysłów
- Omówienia budowy skóry
- Czym jest Homunkulus?
- Teoria refleksologii głowy
- Mapa refleksologiczna głowy: strefy odruchowe twarzy, strefy odruchowe mózgowoczaszki

- System energetyczny głowy: topografia meridianów, akupunkty
- Diagnostyka: wywiad z pacjentem, diagnoza wizualna głowy i twarzy – indykatory diagnostyczne
- Wskazania i przeciwwskazania
- Detoksykacja organizmu
- Modelka pokazowa

Część praktyczna

- Praca na modelkach

Moduł walidujący:

- Opinia uczestnika (modelki).
- Ocena wykonanego zabiegu przez instruktora.

Szkolenia jest polecane przede wszystkim osobom zajmującym się zawodowo wykonywaniem usług kosmetycznych w szczególności z zakresu medycyny estetycznej, będących w trakcie nabywania kwalifikacji w tym zakresie albo planujących ich nabycie lub planujących dalszy rozwój zawodowy w zakresie medycyny estetycznej.

Warunki organizacyjne do przeprowadzania szkolenia:

- Podział na grupy do 4 osób
- Jedno stanowisko pracy dla każdego uczestnika (lustro + fotel + krzesło + lampa)
- Wszystkie potrzebne kosmetyki oraz narzędzia do dyspozycji na szkoleniu typu: artykuły jednorazowe, maseczki, fartuchy, kosmetyki oraz narzędzia do wykonania zabiegów.

Ze względu na specyfikację kursu przerwa kawowa 5 minut oraz 15 minutowa - mogą ulec zmianie.

Zajęcia odbywają się w godzinach zegarowych, przerwy NIE wliczają się do czasu trwania szkolenia.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 40

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 40 tworzenie maści i kremów	Iwona Kozak	15-05-2025	09:30	15:30	06:00
2 z 40 przerwa	Iwona Kozak	15-05-2025	11:00	11:05	00:05
3 z 40 przerwa	Iwona Kozak	15-05-2025	13:00	13:15	00:15
4 z 40 moduł walidujący	-	15-05-2025	15:00	15:30	00:30
5 z 40 ziołolecznictwo	Iwona Kozak	16-05-2025	09:30	15:30	06:00
6 z 40 przerwa	Iwona Kozak	16-05-2025	11:00	11:05	00:05
7 z 40 przerwa	Iwona Kozak	16-05-2025	13:00	13:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 40 moduł walidujący	-	16-05-2025	15:00	15:30	00:30
9 z 40 masaż klasyczny dzień 1	Małgorzata Łukasińska	19-05-2025	09:30	15:30	06:00
10 z 40 przerwa	Małgorzata Łukasińska	19-05-2025	11:00	11:05	00:05
11 z 40 przerwa	Małgorzata Łukasińska	19-05-2025	13:00	13:15	00:15
12 z 40 moduł walidujący	-	19-05-2025	15:00	15:30	00:30
13 z 40 masaż klasyczny dzień 2	Małgorzata Łukasińska	20-05-2025	09:30	15:30	06:00
14 z 40 przerwa	Małgorzata Łukasińska	20-05-2025	11:00	11:05	00:05
15 z 40 przerwa	Małgorzata Łukasińska	20-05-2025	13:00	13:15	00:15
16 z 40 moduł walidujący	-	20-05-2025	15:00	15:30	00:30
17 z 40 Reflektoryczny Masaż Stóp	Małgorzata Łukasińska	21-05-2025	09:30	15:30	06:00
18 z 40 przerwa	Małgorzata Łukasińska	21-05-2025	11:00	11:05	00:05
19 z 40 przerwa	Małgorzata Łukasińska	21-05-2025	13:00	13:15	00:15
20 z 40 moduł walidujący	-	21-05-2025	15:00	15:30	00:30
21 z 40 masaż anty-aging	Małgorzata Łukasińska	22-05-2025	09:30	15:30	06:00
22 z 40 przerwa	Małgorzata Łukasińska	22-05-2025	11:00	11:05	00:05
23 z 40 przerwa	Małgorzata Łukasińska	22-05-2025	13:00	13:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
24 z 40 moduł walidujący	-	22-05-2025	15:00	15:30	00:30
25 z 40 masaż gua sha	Małgorzata Łukasińska	12-06-2025	09:30	15:30	06:00
26 z 40 przerwa	Małgorzata Łukasińska	12-06-2025	11:00	11:05	00:05
27 z 40 przerwa	Małgorzata Łukasińska	12-06-2025	13:00	13:15	00:15
28 z 40 moduł walidujący	-	12-06-2025	15:00	15:30	00:30
29 z 40 Refleksologii Twarzy i Głowy dzień 1	Małgorzata Łukasińska	13-06-2025	09:30	15:30	06:00
30 z 40 przerwa	Małgorzata Łukasińska	13-06-2025	11:00	11:05	00:05
31 z 40 przerwa	Małgorzata Łukasińska	13-06-2025	13:00	13:15	00:15
32 z 40 moduł walidujący	-	13-06-2025	15:00	15:30	00:30
33 z 40 Refleksologii Twarzy i Głowy dzień 2	Małgorzata Łukasińska	17-06-2025	09:30	15:30	06:00
34 z 40 przerwa	Małgorzata Łukasińska	17-06-2025	11:00	11:05	00:05
35 z 40 przerwa	Małgorzata Łukasińska	17-06-2025	13:00	13:15	00:15
36 z 40 moduł walidujący	-	17-06-2025	15:00	15:30	00:30
37 z 40 Refleksologii Twarzy i Głowy dzień 3	Małgorzata Łukasińska	18-06-2025	09:30	15:30	06:00
38 z 40 przerwa	Małgorzata Łukasińska	18-06-2025	11:00	11:05	00:05

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
39 z 40 przerwa	Małgorzata Łukasińska	18-06-2025	13:00	13:15	00:15
40 z 40 moduł walidujący	-	18-06-2025	15:00	15:30	00:30

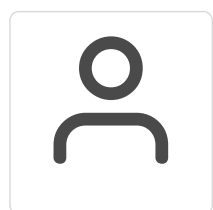
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	10 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	10 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	166,67 PLN
Koszt osobogodziny netto	166,67 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Iwona Kozak

Jest fenomenalnym trenerem z zakresu kosmetologii i wszystkich aparatów stosowanych w kosmetologii i medycynie estetycznej (Urządzenia HI-TECH) Jest osobą z ogromną wiedzą , pasją i ambicjami. Każde szkolenie realizuje z zaangażowaniem dbając o jego jakość i zadowolenie Klienta. Odbyla liczne szkolenia w Polsce i za granicą- w Promotailii, Genyal, Kes, Adss, EndyMed. Praca sprawia jej dużą satysfakcję. Stale podnosi swoje kwalifikacje, interesuje się nowościami w branży kosmetycznej. Iwona jest twórcą oryginalnych i autorskich szkoleń z zakresu kosmetologii estetycznej.



2 z 2

Małgorzata Łukasińska

Znakomity trener z zakresu szkoleń o tematyce masażu, z wieloletnim doświadczeniem oraz olbrzymią pasją do wykonywanego zawodu. W czerwcu 2004 ukończyła Prywatne medyczne studium o kierunku fizjoterapii uzyskując tytuł technika fizjoterapii. Szkolenia w Nice Lomi Lomi Kwiecień 2015 2018 Ukończyła liczne kursy na masaż twarzy Bańka chińska , Kobido , taping twarzy Na codzień pracuje w swoim gabinecie masażu Pasjonatka masażu i medycyny chińskiej. Nieustannie zgłębia tajniki pracy z ciałem. Ukończyła wiele kursów i szkoleń zarówno z masażu leczniczego jak i

relaksacyjnego. Wieloletnie doświadczenie pozwala jej na profesjonalne prowadzenie zajęć. Na zajęciach stawia na poprawną technikę wykonywania masażu oraz przekazywanie dobrej energii. Swoją wiedzę przekazuje z pasją i zaangażowaniem. Gosia propaguje spojrzenie na świat poprzez pryzmat dogmatów medycyny wschodu. Jest trenerem z zakresu fizjoterapii oraz nauczycielem hawajskiej pracy z ciałem (Aloha International).

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Skrypty szkoleniowe, notatnik, długopis, materiały jednorazowe do wykonania zabiegu oraz wszystkie niezbędne produkty i narzędzia do części praktycznej.

Informacje dodatkowe

Koszt usługi szacowany jest na podstawie, bogatego doświadczenia prowadzącego jak również jakości materiałów na jakich kursant pracuje podczas szkolenia. W placówce pracujemy na najdroższych oraz najnowocześniejszych maszynach oraz najlepszych dostępnych na rynku produktach do tworzenie maści i kremów, ziołolecznictwo, masaż klasyczny, Reflektoryczny Masaż Stóp, masaż anti-aging, masaż gua sha, Refleksologii Twarzy i Głowy. Sala szkoleniowa wyposażona jest w najlepszy sprzęt umożliwiający wykonywanie zabiegów. Szkoleniowcy regularnie uczestniczą w konferencjach branżowych, dzięki czemu posiadają bardzo szerokie doświadczenie w wykonywaniu tych usług.

Adres

ul. Komuny Paryskiej 39-41/5
50-451 Wrocław
woj. dolnośląskie

Centrum szkoleniowe, które posiadamy mieści się przy jednej z głównych ulic w centrum Wrocławia. Przed lokalem jest parking, mieszczą się przystanki autobusowe i tramwajowe. Wejście do lokalu jest bezpośrednio od ulicy. Lokal umiejscowiony jest frontem do chodnika, posiada ogromne, oklejone witryny, aby klient mógł nas łatwo znaleźć. Lokal posiada 2 poziomy. Wielkość lokalu to ok. 150m². Dysponujemy częścią szkoleniową i częścią socjalną. Posiadamy 4 sale szkoleniowe i odrębne pomieszczenie w stylu salonu, w którym kursantki mogą odpocząć. W pomieszczeniu tym najczęściej wystawiamy catering (kawa, herbata, woda, ciastka). Pomieszczenie jest wyposażone w ogromną kanapę i wygodne stoliki. Wnętrze ma otwierane okna i jest wyposażone w klimatyzację.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Paulina Moskal

E-mail szkolenia@kontakt.pl

Telefon (+48) 884 787 526