



Angitia Sp. z o.o.

★★★★★ 4,8 / 5

1 196 ocen

Kurs FDM Intensywny (rozwój zielonych kompetencji)

Numer usługi 2025/03/04/16735/2596256

📍 Katowice / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 52 h

📅 05.12.2025 do 14.12.2025

6 088,50 PLN brutto

4 950,00 PLN netto

117,09 PLN brutto/h

95,19 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Kurs FDM Intensywny adresowany jest do fizjoterapeutów, techników fizjoterapii, techników masażu, osteopatów i lekarzy.

Grupą docelową są osoby zamierzające rozpocząć pracę w gabinecie zgodną z zastosowaniem ekologicznych/zielonych praktyk.

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu :
"Małopolskipociąg do kariery - sezon 1", Kierunek - Rozwój

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

24

Data zakończenia rekrutacji

04-12-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

52

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

Usługa Kurs FDM Intensywny przygotowuje uczestnika do samodzielnego odczytywania mowy ciała pacjenta oraz stosowania technik leczenia sześciu dystorsji układu powięziowego.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
WIEDZA: Uczestnik kursu operuje wiedzą z zakresu anatomii oraz budowy sześciu dystorsji powięziowych. UMIEJĘTNOŚCI: Uczestnik kursu odczytuje mowę ciała i samodzielnie wykorzystuje techniki leczenia w obrębie całego ciała. Stosuje ekologiczne praktyki w pracy z pacjentem.	1. Operuje wiedzą z zakresu sześciu dystorsji powięziowych. 2. Rozróżnia techniki manipulacyjne. 3. Rozpoznaje najczęstsze błędy terapeutyczne. 4. Omawia dostępne na rynku produkty ekologiczne, które można wykorzystać w terapii. 5. Wdraża przepisy dotyczące zarządzaniem odpadami. 6. Pilnuje zgodności działań w gabinecie z przepisami segregacji odpadów.	Test teoretyczny
	1. Sprawnie odczytuje mowę ciała pacjenta, analizuje ją i dopasowuje do objawów i historii choroby. 2. Dobiera optymalną pozycję zabiegową, siłę zabiegu i chwyt w celu przeprowadzenia terapii. 3. Prezentuje i wykonuje techniki manipulacji 6 dystorsji. 4. Przewiduje skutki wykonywanych zabiegów. 5. Dobiera środki wspomagające terapię. 6. Stosuje zasady ochrony środowiska w trakcie wykonywania zabiegu jak i po jego zakończeniu. 7. Przestrzega reguł segregacji i recyklingu odpadów.	Obserwacja w warunkach symulowanych Test teoretyczny
KOMPETENCJE SPOŁECZNE: Stawia dobro pacjenta na pierwszym miejscu. Stosuje ekologiczne praktyki w pracy z pacjentem.	1. Przestrzega zasad etycznych w podejmowanych działaniach w stosunku do pacjenta. 2. Krytycznie ocenia efekty zastosowanego programu rehabilitacji pacjenta. 3. Buduje świadomość proekologiczną. 4. Ogranicza stosowanie produktów nieekologicznych.	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

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

Kurs trwa 6 dni (52 godziny dydaktyczne co stanowi 46 godzin zegarowych w tym 7 godziny zegarowe przerw, Walidacja 15 min).

1 godzina dydaktyczna/szkoleniowa to 45 min.

Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu:

Sale szkoleniowe są odpowiednio dostosowane do prowadzenia zajęć zarówno w formie wykładu (prezentacja multimedialna, flipchart) jak i ćwiczeń praktycznych (stoły rehabilitacyjne, sprzęt do fizjoterapii).

Uczestnicy pracują w 2-osobowych grupach. Ilość stanowisk dostosowana jest do liczby uczestników (jedno 2-osobowe stanowisko na dwoje uczestników).

Kurs jest przeznaczony dla fizjoterapeutów, lekarzy, osteopatów, techników masażu i fizjoterapii.

Zielone kompetencje i ekologiczne praktyki:

Ekologiczne podejście do wyposażenia gabinetu:

- stoły i sprzęt zrównoważonego pochodzenia – wybór mebli i sprzętu rehabilitacyjnego wykonanego z ekologicznych materiałów.
- maty i akcesoria z naturalnych surowców – np. z korka lub kauczuku zamiast PVC, piłki rehabilitacyjne wolne od toksycznych substancji.

Ekologiczne kosmetyki do masażu:

- stosowanie organicznych olejków zamiast syntetycznych preparatów pełnych konserwantów.

Zrównoważone zarządzanie gabinetem:

- ograniczenie zużycia papieru – elektroniczna dokumentacja medyczna, e-rejestracja pacjentów, e-faktury.
- energooszczędność – zastosowanie LED-owego oświetlenia, wykorzystywanie naturalnego światła, energooszczędnych urządzeń do fizykoterapii i ogrzewania.
- Redukcja odpadów – zamiast jednorazowych ręczników papierowych stosowanie wielorazowych ręczników bawełnianych (przy odpowiedniej higienie i praniu w ekologicznych środkach).

Edukacja pacjentów w duchu eko:

- Promowanie aktywnego trybu życia – np. ćwiczenia jako metoda na redukcję bólu zamiast środków przeciwbólowych.
- Zachęcanie do ekologicznego transportu – np. dojeżdżanie na wizyty rowerem lub pieszo zamiast samochodem.
- Dieta wspierająca regenerację i ekologię – np. zalecanie diety bogatej w przeciwutleniacze, która jest korzystna zarówno dla zdrowia, jak i środowiska.

Program kursu:

Dzień I - Wprowadzenie w model FDM. Dystorsja Taśmy Spustowej.

- Wprowadzenie: definicja i funkcje powięzi
- Znaczenie powięzi w medycynie, osteopatii i modelu FDM
- Historia FDM
- FDM – Fascial Distortion Model: definicja wg Typaldosa
- Krótki opis 6 dystorsji powięziowych, mowa ciała, gesty, filary diagnostyki, filmy

- Wskazania i przeciwwskazania do terapii FDM
- Teoretyczne wprowadzenie w dystorsję taśmy spustowej: definicja, kierunek przebiegu, mowa ciała, objawy, badanie palpacyjne, cel terapii
- Ćwiczenia praktyczne – opracowanie taśmy spustowej: kończyna górna (siła docisku, ustawienie kciuka, techniki chwytów)

Dzień II - Dystorsja Taśmy Spustowej. Dystorsja Kontinuum.

- Ćwiczenia praktyczne – opracowanie taśmy spustowej: szyja, żuchwa
- Ćwiczenia praktyczne – opracowanie taśmy spustowej: kręgosłup, żebra, miednica, pośladki, kończyna dolna
- Ćwiczenia praktyczne – opracowanie taśmy spustowej: kończyna dolna c.d.
- Teoretyczne wprowadzenie w dystorsję kontinuum: definicja, mowa ciała, objawy, badanie etc.
- Ćwiczenia praktyczne – opracowanie dystorsji kontinuum: kończyna górna

Dzień III - Dystorsja Kontinuum. Przepuklina Punktu Spustowego.

- Ćwiczenia praktyczne – opracowanie dystorsji kontinuum: kończyna górna c.d.
- Ćwiczenia praktyczne – opracowanie dystorsji kontinuum: kręgosłup szyjny, punkt akupunktury woreczek żółciowy, staw skroniowo-żuchwowy, kręgosłup piersiowy, miednica, pachwina
- Ćwiczenia praktyczne – opracowanie dystorsji kontinuum: kończyna dolna
- Teoretyczne wprowadzenie w dystorsję przepukliny punktu spustowego: definicja, objawy, diagnostyka, mowa ciała, lokalizacja etc.
- Ćwiczenia praktyczne – opracowanie przepukliny punktu spustowego: obręcz barkowa

Dzień IV - Przepuklina Punktu Spustowego. Dystorsja Fałd Ściśnięcia i Rozciągnięcia.

- Ćwiczenia praktyczne – opracowanie przepukliny punktu spustowego: okolica odcinka lędźwiowego, miednica i dno miednicy
- Teoretyczne wprowadzenie w dystorsję fałd ściśnięcia i rozciągnięcia: definicja, objawy, mowa ciała, diagnostyka, wywiad etc.
- Ćwiczenia praktyczne: manipulacja segmentu C1 (Atlas), kończyna górna
- Ćwiczenia praktyczne: manipulacja szyi w kierunku ściśnięcia i rozciągnięcia, pierwsze żebro, odcinek piersiowy, dekoaptacje klatki piersiowej

Dzień V - Dystorsja Fałd Ściśnięcia i Rozciągnięcia.

- Ćwiczenia praktyczne: manipulacja segmentu C1, odcinka lędźwiowego, stawu krzyżowo-biodrowego
- Ćwiczenia praktyczne: manipulacja odcinka lędźwiowego, stawu krzyżowo-biodrowego, dekoaptacje spojenia łonowego
- Ćwiczenia praktyczne: manipulacja kończyny dolnej, stawu biodrowego, kolanowego, skokowego

Dzień VI - Dystorsja Cylindryczna. Dystorsja Tektoniczna.

- Teoretyczne wprowadzenie w dystorsję cylindryczną: definicja, objawy, diagnostyka, wywiad etc.
- Ćwiczenia praktyczne – opracowanie uwalniania dystorsji cylindrycznej za pomocą technik manualnych i z wykorzystaniem terapii narzędziowej: kończyna górna, plecy, klatka piersiowa
- Ćwiczenia praktyczne – opracowanie uwalniania dystorsji cylindrycznej za pomocą technik manualnych i z wykorzystaniem terapii narzędziowej: kończyna dolna
- Teoretyczne wprowadzenie w dystorsję tektoniczną: definicja, objawy, diagnostyka, wywiad etc.
- Ćwiczenia praktyczne – opracowanie uwalniania dystorsji tektonicznej za pomocą technik manualnych i z wykorzystaniem terapii narzędziowej: kończyna górna, kończyna dolna, kręgosłup

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 41

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 41 Przerwa	Tomasz Jeżowski	05-12-2025	10:30	10:45	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 41 Wprowadzenie: definicja i funkcje powięzi. Znaczenie powięzi w medycynie, osteopatii i modelu FDM.	Tomasz Jeżowski	05-12-2025	13:00	14:30	01:30
3 z 41 Przerwa	Tomasz Jeżowski	05-12-2025	14:30	14:45	00:15
4 z 41 Historia FDM, ścieżka szkoleniowa w organizacji GFDMO. FDM – Fascial Distortion Model: definicja wg Typaldosa.	Tomasz Jeżowski	05-12-2025	14:45	17:00	02:15
5 z 41 Przerwa	Tomasz Jeżowski	05-12-2025	17:00	17:45	00:45
6 z 41 Teoretyczne wprowadzenie w dystorsję taśmy spustowej, definicja, kierunek przebiegu, mowa ciała, objawy, badanie palpacyjne, cel terapii.	Tomasz Jeżowski	05-12-2025	17:45	19:15	01:30
7 z 41 Przerwa	Tomasz Jeżowski	05-12-2025	19:15	19:30	00:15
8 z 41 Ćwiczenia praktyczne – opracowanie taśmy spustowej: kończyna górna (siła docisku, ustawienie kciuka, techniki chwytów cd.).	Tomasz Jeżowski	05-12-2025	19:30	21:00	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
9 z 41 Ćwiczenia praktyczne – opracowanie taśmy spustowej: szyja, żuchwa.	Tomasz Jeżowski	06-12-2025	09:00	10:30	01:30
10 z 41 Ćwiczenia praktyczne – opracowanie taśmy spustowej: kręgosłup, żebra, miednica, pośladki, kończyna dolna.	Tomasz Jeżowski	06-12-2025	10:45	13:00	02:15
11 z 41 Przerwa	Tomasz Jeżowski	06-12-2025	13:00	13:45	00:45
12 z 41 Teoretyczne wprowadzenie w dystorsję kontinuum, definicja, mowa ciała, objawy, badanie etc.	Tomasz Jeżowski	06-12-2025	13:45	15:15	01:30
13 z 41 Przerwa	Tomasz Jeżowski	06-12-2025	15:15	15:30	00:15
14 z 41 Ćwiczenia praktyczne – opracowanie dystorsji kontinuum: kończyna górna.	Tomasz Jeżowski	06-12-2025	15:30	17:00	01:30
15 z 41 Ćwiczenia praktyczne – opracowanie dystorsji kontinuum: kończyna górna cd.	Tomasz Jeżowski	07-12-2025	09:00	10:30	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
16 z 41 Ćwiczenia praktyczne – opracowanie dystorsji kontinuum: kręgosłup szyjny, punkt akupunkturowy woreczek żółciowy 20, staw skroniowo-żuchwowy, kręgosłup piersiowy, miednica, pachwina.	Tomasz Jeżowski	07-12-2025	10:30	10:45	00:15
17 z 41 Ćwiczenia praktyczne – opracowanie dystorsji kontinuum: kręgosłup szyjny, punkt akupunkturowy woreczek żółciowy 20, staw skroniowo-żuchwowy, kręgosłup piersiowy, miednica, pachwina.	Tomasz Jeżowski	07-12-2025	10:45	13:00	02:15
18 z 41 Przerwa	Tomasz Jeżowski	07-12-2025	13:00	13:45	00:45
19 z 41 Ćwiczenia praktyczne – opracowanie dystorsji kontinuum: kończyna dolna.	Tomasz Jeżowski	07-12-2025	13:45	15:15	01:30
20 z 41 Przerwa	Tomasz Jeżowski	07-12-2025	15:15	15:30	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
21 z 41 Teoretyczne wprowadzenie w dystorsję przepukliny punktu spustowego, definicja, objawy, diagnostyka, mowa ciała, lokalizacja etc.	Tomasz Jeżowski	07-12-2025	15:30	17:00	01:30
22 z 41 Ćwiczenia praktyczne – opracowanie przepukliny punktu spustowego: okolica odcinka lędźwiowego, miednica i dno miednicy.	Tomasz Jeżowski	12-12-2025	13:00	14:30	01:30
23 z 41 Przerwa	Tomasz Jeżowski	12-12-2025	14:30	14:45	00:15
24 z 41 Teoretyczne wprowadzenie w dystorsję fałd ściśnięcia i rozciągnięcia, definicja, objawy, mowa ciała, diagnostyka, wywiad etc.	Tomasz Jeżowski	12-12-2025	14:45	17:00	02:15
25 z 41 Przerwa	Tomasz Jeżowski	12-12-2025	17:00	17:45	00:45
26 z 41 Ćwiczenia praktyczne: manipulacja szyi w kierunku ściśnięcia i rozciągnięcia, pierwsze żebro, odcinek piersiowy, dekoaptacje klatki piersiowej.	Tomasz Jeżowski	12-12-2025	17:45	19:15	01:30
27 z 41 Przerwa	Tomasz Jeżowski	12-12-2025	19:15	19:30	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
28 z 41 Ćwiczenia praktyczne: manipulacja szyi w kierunku ściśnięcia i rozciągnięcia, pierwsze żebro, odcinek piersiowy, dekoaptacje klatki piersiowej cd.	Tomasz Jeżowski	12-12-2025	19:30	21:00	01:30
29 z 41 Ćwiczenia praktyczne: manipulacja segmentu C1, odcinka lędźwiowego, stawu krzyżowo-biodrowego.	Tomasz Jeżowski	13-12-2025	09:00	10:30	01:30
30 z 41 Przerwa	Tomasz Jeżowski	13-12-2025	10:30	10:45	00:15
31 z 41 Ćwiczenia praktyczne: manipulacja odcinka lędźwiowego, stawu krzyżowo-biodrowego, dekoaptacje spojenia łonowego.	Tomasz Jeżowski	13-12-2025	10:45	13:00	02:15
32 z 41 Przerwa	Tomasz Jeżowski	13-12-2025	13:00	13:45	00:45
33 z 41 Ćwiczenia praktyczne: manipulacja kończyny dolnej, stawu biodrowego, kolanowego, skokowego cd.	Tomasz Jeżowski	13-12-2025	13:45	15:15	01:30
34 z 41 Przerwa	Tomasz Jeżowski	13-12-2025	15:15	15:30	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
35 z 41 Ćwiczenia praktyczne: manipulacja kończyny dolnej, stawu biodrowego, kolanowego, skokowego cd.	Tomasz Jeżowski	13-12-2025	15:30	17:00	01:30
36 z 41 Teoretyczne wprowadzenie w dystorsję cylindryczną, definicja, objawy, diagnostyka, wywiad etc.	Tomasz Jeżowski	14-12-2025	09:00	10:30	01:30
37 z 41 Przerwa	Tomasz Jeżowski	14-12-2025	10:30	10:45	00:15
38 z 41 Praktyczne ćwiczenia – opracowanie uwalniania dystorsji cylindrycznej za pomocą technik manualnych i z wykorzystaniem terapii narzędziowej: kończyna dolna.	Tomasz Jeżowski	14-12-2025	10:45	13:00	02:15
39 z 41 Przerwa	Tomasz Jeżowski	14-12-2025	13:00	13:30	00:30
40 z 41 Praktyczne ćwiczenia – opracowanie uwalniania dystorsji tektonicznej za pomocą technik manualnych i z wykorzystaniem terapii narzędziowej: kończyna górna, kończyna dolna, kręgosłup.	Tomasz Jeżowski	14-12-2025	13:30	15:00	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
41 z 41 Walidacja	-	14-12-2025	15:00	15:15	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 088,50 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 950,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	117,09 PLN
Koszt osobogodziny netto	95,19 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Tomasz Jeżowski

Fizjoterapeuta z wieloletnim doświadczeniem, terapeuta manualny, instruktor FDM Intensywny oraz Kinesiotaping kliniczny z elementami anatomii palpacyjnej. Prywatnie właściciel Centrum Odnowy Biologicznej i Rehabilitacji Wy-Spa w Białymstoku. Specjalizuje się w urazach ortopedycznych, limfologii i kinesiotapingu, w swojej pracy opiera się głównie na modelu FDM. Jeden z głównych trenerów szkoleń ortopedycznych w projekcie "FIZJO-LEARNING – większe kompetencje fizjoterapeutów w pracy z pacjentem chorującym na choroby zakaźne, w tym COVID-19" realizowanym przez KIF.

Pod swoją opieką terapeutyczną ma sportowców odnoszących sukcesy na arenie międzynarodowej i krajowej, młodych bokserów, zawodników Brazylijskiego Jju Jitsu, młodzików piłkarzy Jagiellonia Białystok. Trenuje Brazylijskie Jju Jitsu, Posiada stopień instruktorski w wietnamskich sztukach walki Viet Vo Dao.

Od kilku lat prowadzi szkolenia dla fizjoterapeutów, studentów fizjoterapii, masażyistów . W ciągu ostatnich 5 lat poprowadził ponad 20 szkoleń.

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

Uczestnik kursu otrzymuje materiały dydaktyczne w wersji elektronicznej w formacie PDF oraz w wersji papierowej .

Link do strony oraz hasło dostępu do materiałów dydaktycznych każdy z uczestników otrzymuje od pracownika Działu sprzedaży drogą elektroniczną na siedem dni przed terminem rozpoczęcia kursu.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem wzięcia udziału w kursie jest przesłanie albo skanu dyplomu potwierdzającego kwalifikacje albo numeru zaświadczenia Krajowej Izby Fizjoterapeutów potwierdzającego prawo wykonywania zawodu fizjoterapeuty stwierdzone Uchwałą Krajowej Rady Fizjoterapeutów na adres pracownika działu sprzedaży.

Informacje dodatkowe

Przed wpisaniem się na wybraną usługę, organizator kursu uprzejmie prosi o kontakt telefoniczny.

Godziny podane w Karcie Usługi są godzinami dydaktycznymi.

Godziny podane w Harmonogramie Usługi są godzinami zegarowymi łącznie z przerwami

przerwy w dniach: 1 i 4: 14.30-14.45; 17.00-17.45; 19.15-19.30

przerwy w dniach 2, 3, 5: 10.30-10.45; 13.00-13.45; 15.15-15.30

przerwy w dniu 6: 10.30-10.45; 13.00-13.30

Uczestnik kursu otrzymuje zaświadczenie i certyfikat.

Usługa podlega zwolnieniu z podatku VAT na podstawie § 3 ust. 1 pkt. 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz. U. z 2013r. Nr 73, poz. 1722).

Cena netto dotyczy osób z dofinansowaniem powyżej 70%.

Cena kursu nie obejmuje zakwaterowania i wyżywienia.

Zawarto umowę z:

WUP w Toruniu w ramach projektu Kierunek-Rozwój,

WUP w Krakowie w ramach projektu "Małopolski pociąg do kariery".

Adres

Katowice

Katowice

woj. śląskie

Kontakt



Anna Bogdaszewska

E-mail a.bogdaszewska@angitia.pl

Telefon (+48) 535 001 483