



AWOKADO DANUTA
GOLEC

Brak ocen dla tego dostawcy

Świadomy masaż – techniki pracy z ciałem i energią w duchu zrównoważonego rozwoju

Numer usługi 2025/04/26/166563/2711816

📍 Brenna / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 14.06.2025 do 15.06.2025

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

312,50 PLN brutto/h

312,50 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Uroda
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Osoby indywidualne chcące poszerzyć swoje kompetencje w obszarze świadomej pracy z ciałem, technik masażu oraz ekologicznych standardów pracy w usługach manualnych. Przedsiębiorcy i osoby prowadzące działalność gospodarczą w branży usług prozdrowotnych, masażu, wellness i SPA, chcący rozwinąć ofertę usług w duchu zrównoważonego rozwoju oraz dostosować się do rosnących oczekiwań rynku w zakresie zielonych kompetencji. Każda osoba dorosła chcąca rozwijać zielone umiejętności i kompetencje ekologiczne w zakresie świadomej pracy z ciałem i energią, w celu dostosowania swoich umiejętności do zmian na rynku pracy wynikających z transformacji ekologicznej oraz promowania zdrowego stylu życia. Niniejsza usługa rozwojowa dotyczy kształcenia zawodowego/przekwalifikowania zawodowego i prowadzi do nabycia zielonych kompetencji oraz nowych umiejętności manualnych i środowiskowych, niezbędnych do podjęcia pracy lub rozwoju działalności w sektorze zielonej gospodarki.
Minimalna liczba uczestników	3
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	01-06-2025
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

Celem usługi jest przygotowanie uczestników do wykonywania świadomego masażu oraz pracy z ciałem i energią w zgodzie z zasadami zrównoważonego rozwoju. Uczestnicy rozwiną kompetencje manualne, relacyjne i środowiskowe niezbędne do świadczenia usług masażu relaksacyjnego na poziomie zaawansowanym, z wykorzystaniem ekologicznych produktów i technik pracy ograniczających negatywny wpływ na środowisko.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Zna zasady pracy z produktami ekologicznymi i energooszczędnymi w masażu	Uczestnik poprawnie wskazuje ekologiczne i certyfikowane produkty oraz metody ograniczające zużycie energii	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Potrafi wykonać masaż świadomy z zachowaniem zasad efektywnego gospodarowania zasobami	Uczestnik przeprowadza sesję masażu wykorzystując techniki minimalizujące zużycie materiałów i energii	Obserwacja w warunkach symulowanych
Potrafi zaplanować usługi masażu zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju	Uczestnik tworzy plan sesji uwzględniający ograniczenie śladu węglowego i minimalizację odpadów	Analiza dowodów i deklaracji
Rozumie wpływ środowiska i zmian klimatycznych na dobrostan klienta	Uczestnik wyjaśnia zależności między środowiskiem a stresem psychofizycznym klienta	Wywiad ustrukturyzowany
Potrafi wdrożyć zarządzanie środowiskowe w miejscu pracy	Uczestnik przedstawia projekt planu zarządzania zasobami w gabinecie masażu	Analiza dowodów i deklaracji

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 uzyskanie kompetencji (certyfikat ukończenia szkolenia) 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, dokument (certyfikat ukończenia szkolenia) 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?

Tak, dokument (certyfikat ukończenia szkolenia) potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

Program

14.06.2025

09:00–10:30 | Fundamenty świadomego masażu i pracy manualnej | Świadomość oddechu, rytmu, dotyku; wpływ pracy masażysty na organizm człowieka i środowisko. | Zrozumienie wpływu pracy na zdrowie i środowisko, promocja zdrowego stylu życia.

10:30–12:00 | Ekologiczne standardy w pracy masażysty | Efektywność energetyczna gabinetu (LED, wentylacja, oszczędność wody), wykorzystanie certyfikowanych produktów. | Minimalizacja zużycia energii i surowców, adaptacja do zmian klimatu.

12:00–13:00 | Przerwa obiadowa | Regeneracja, promowanie świadomych wyborów żywieniowych (less waste, lokalne produkty). | Promowanie zrównoważonych nawyków konsumpcyjnych.

13:00–14:30 | Praktyka: świadomy dotyk i oszczędność zasobów | Techniki masażu ograniczające zużycie materiałów; wybór produktów naturalnych i biodegradowalnych. | Redukcja odpadów, zasobooszczędność w praktyce.

14:30–17:00 | Masaż, stres środowiskowy i odporność organizmu | Psychosomatyka, wpływ środowiska na zdrowie klienta, masaż jako wsparcie adaptacji do zmian klimatycznych. | Promowanie zdrowia w kontekście środowiska i klimatu.

15.06.2025

08:30–10:30 | Zarządzanie środowiskowe w gabinecie masażu | Tworzenie planu ograniczania zużycia energii i wody, kompensacja emisji CO₂. | Ochrona ekosystemów, minimalizacja emisji gazów cieplarnianych.

10:30–12:00 | Personalizacja sesji zgodnej z zasadami zrównoważonego rozwoju | Indywidualizacja masażu z uwzględnieniem potrzeb klienta i ograniczeń środowiskowych. | Tworzenie usług przyjaznych dla środowiska i klienta.

12:00–13:00 | Przerwa obiadowa | Regeneracja i kontynuacja ekologicznych wyborów żywieniowych. | Zrównoważone zarządzanie zasobami w codziennych wyborach.

13:00–14:30 | Integracja wiedzy: ekologiczne standardy w praktyce | Masaż łączący świadomy dotyk, oszczędność zasobów i promowanie zdrowia. | Wdrażanie zielonych kompetencji w codziennej pracy.

14:30–15:30 | Podsumowanie i kierunki dalszego rozwoju w zielonej gospodarce | Wskazanie ścieżek kariery w sektorze usług przyjaznych środowisku. | Rozwój zawodowy w kierunku zielonej gospodarki.

15:30–16:30 | Walidacja efektów uczenia się

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 11

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 11 Fundamenty świadomego masażu i pracy manualnej	Andrzej Mikulski	14-06-2025	09:00	10:30	01:30
2 z 11 Ekologiczne standardy w pracy masażysty	Andrzej Mikulski	14-06-2025	10:30	12:00	01:30
3 z 11 Przerwa obiadowa	Andrzej Mikulski	14-06-2025	12:00	13:00	01:00
4 z 11 Praktyka: świadomy dotyk i oszczędność zasobów	Andrzej Mikulski	14-06-2025	13:00	14:30	01:30
5 z 11 Masaż, stres środowiskowy i odporność organizmu	Andrzej Mikulski	14-06-2025	14:30	17:00	02:30
6 z 11 Zarządzanie środowiskowe w gabinecie masażu	Andrzej Mikulski	15-06-2025	08:30	10:30	02:00
7 z 11 Personalizacja sesji zgodnej z zasadami zrównoważonego rozwoju	Andrzej Mikulski	15-06-2025	10:30	12:00	01:30
8 z 11 przerwa obiadowa	Andrzej Mikulski	15-06-2025	12:00	13:00	01:00
9 z 11 Integracja wiedzy: ekologiczne standardy w praktyce	Andrzej Mikulski	15-06-2025	13:00	14:30	01:30
10 z 11 Podsumowanie i kierunki dalszego rozwoju w zielonej gospodarce	Andrzej Mikulski	15-06-2025	14:30	15:30	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
11 z 11 Walidacja efektów uczenia się	Andrzej Mikulski	15-06-2025	15:30	16:30	01:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	312,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	312,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Andrzej Mikulski

Posiada wykształcenie wyższe oraz ukończone studia podyplomowe z zakresu Psychologii Pozytywnej. Od 1997 roku prowadzi własną działalność w obszarze świadomej pracy z ciałem, masażu i rozwoju osobistego.

Ekspert w dziedzinie masażu tantrycznego, świadomej pracy z ciałem oraz budowania głębokich relacji z klientami. Specjalizuje się w integracji technik masażu z pracą z energią, oddechem i emocjami, co bezpośrednio przekłada się na realizację celów szkolenia: rozwijanie zielonych kompetencji i promowanie zdrowego stylu życia.

Twórca marki MyTantra, oferującej prestiżowe sesje i warsztaty dla masażystów oraz terapeutów manualnych.

Ukończył m.in. LAN – szkołę pracy z energią, Roczny Kurs Masażu Tantrycznego Szkoły Johna Howkena, Dwuletnią Szkołę Ustawień Systemowych oraz warsztaty Combo.

Prowadzi własne gabinety masażu w Częstochowie i Warszawie, gdzie realizuje sesje świadomego masażu, pracy z ciałem oraz kursy dla kobiet i par.

Dzięki unikalnemu podejściu łączącemu uważność, ekologię i profesjonalizm, skutecznie przygotowuje uczestników do świadczenia usług w duchu zielonej gospodarki.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Prezentacja związana z tematem szkolenia.

Warunki uczestnictwa

Gotowość do aktywnego uczestnictwa w ćwiczeniach praktycznych

Informacje dodatkowe

Informacja o zwolnieniu z VAT: Dz. U. poz. 1722 §3, ust. 1, pkt 14 z dnia 20 grudnia 2013 roku. Usługa realizowana w formie stacjonarnej, zostanie zrealizowana zgodnie z aktualnie obowiązującymi przepisami prawa i zaleceniami Ministra Zdrowia i Głównego Inspektoratu Sanitarnego.

Zakres szkolenia i kompetencje, które nabędzie uczestnik są zielone na podstawie bazy danych ESCO – wykazu przykładowych zielonych umiejętności opracowanych przez KE w ramach klasyfikacji ESCO.s

Adres

ul. Wyzwolenia 40

43-438 Brenna

woj. śląskie

Hotel Kotarz Brenna

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Wioletta Cimr

E-mail wioletta.cimr@awokado.com.pl

Telefon (+48) 501 481 084