



Bed4Ju NATALIA
NOWOSIELSKA-
DRAGUN

★★★★★ 5,0 / 5
5 ocen

**Zielone umiejętności : Szkolenie-Masaż
Klasyczny i Powięziowy całego ciała z
Ekologicznym podejściem do Terapii Ciała.
Terapia manualna z uwzględnieniem
zrównoważonego rozwoju, ekologicznych
praktyk i holistycznego podejścia do
pielęgnacji ciała.**

Numer usługi 2025/07/16/184594/2882035

📍 Braniewo / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 21 h

📅 03.10.2025 do 04.10.2025

5 200,00 PLN brutto
5 200,00 PLN netto
247,62 PLN brutto/h
247,62 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Kurs adresowany jest do osób początkujących, które chcą zdobyć praktyczne umiejętności w zakresie masażu klasycznego oraz masażu powięziowego całego ciała. Uczestnikami mogą być masażyści, fizjoterapeuci, osoby pracujące w branży beauty i wellness, oraz pasjonaci tematyki związanej ze szkoleniem, zainteresowani zawodem masażyisty, chcący poszerzyć swoją wiedzę i zakres umiejętności z zakresu masażu ciała.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

6

Data zakończenia rekrutacji

02-10-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

21

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 przygotowuje do samodzielnego wykonywania masażu klasycznego i terapii powięziowej ciała , ze zrozumieniem ich wpływu oraz ich zastosowania w profilaktyce zdrowia. Szkolenie ma na celu rozwinięcie umiejętności manualnych oraz przekazanie wiedzy teoretycznej z zakresu technik masażu. Program szkolenia kładzie szczególny nacisk na wykorzystanie ekologicznych, naturalnych kosmetyków oraz promowanie holistycznego podejścia do pielęgnacji ciała.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje podstawy anatomiczne i fizjologiczne układu mięśniowo-powięziowego	Opisuje najważniejsze struktury anatomiczne na ciele klienta	Test teoretyczny
	Charakteryzuje funkcje mięśni, powięzi i ich wpływ na postawę oraz dolegliwości bólowe	Test teoretyczny
Wykonuje masaż klasyczny w formie podstawowej, uwzględniając potrzeby klienta	Stosuje techniki głaskania, rozcierania, ugniatania i oklepywania, zgodnie z przebiegiem schematu masażu klasycznego ciała	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dostosowuje tempo, nacisk i sekwencje technik do indywidualnych potrzeb klienta	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Zachowuje ergonomię pracy, płynność i elastyczność ruchów w trakcie masażu	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykonuje masaż terapii powięziowej w formie podstawowej, uwzględniając potrzeby klienta	Stosuje techniki terapii powięziowej wykorzystując techniki rolowania, rozciągania statycznego i manipulacji tkankowych	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dostosowuje nacisk i sekwencje technik do indywidualnych potrzeb klienta	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Zachowuje ergonomię pracy, płynność i elastyczność ruchów w trakcie masażu	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik definiuje i charakteryzuje masaż klasyczny ciała. Charakteryzuje przeciwwskazania i wskazania do masażu.	Uczestnik opisuje, czym jest masaż klasyczny ciała i definiuje jego główne cechy.	Test teoretyczny
	Wskazuje poprawnie sytuacje, w których masaż jest zalecany i przeciwwskazany	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje i charakteryzuje masaż powięziowy ciała. Charakteryzuje przeciwwskazania i wskazania do masażu. Uczestnik rozróżnia ekokosmetyki i dobiera je w odpowiedni sposób wraz z techniką masażu do potrzeb klienta według wskazań i przeciwwskazań zdrowotnych	Uczestnik opisuje, czym jest masaż powięziowy ciała i definiuje jego główne cechy.	Test teoretyczny
	Wskazuje poprawnie sytuacje, w których masaż powięziowy jest zalecany i przeciwwskazany	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uzasadnia dobór najbardziej odpowiedniej techniki masażu w kontekście konkretnego przypadku zdrowotnego	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Charakteryzuje odpowiedni dobór produktów eko do różnych typów skóry.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik posługuje się wiedzą dotyczącą anatomii ciała i wielowarstwowości tkanek	Omawia struktury mięśniowe, kostne i powięziowe ciała	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Definiuje budowę mięśni i skóry.	Test teoretyczny
	Charakteryzuje wzajemny wpływ warstw skóry i mięśni na siebie	Obserwacja w warunkach symulowanych
Definiuje pojęcie ergonomii w pracy i zasad BHP	Prawidłowo przygotowuje stanowisko pracy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dostosowuje odpowiednie środki dezynfekcji do potrzeb , zachowując warunki higieny i bezpieczeństwa sanitarnego	Obserwacja w warunkach symulowanych
		Test teoretyczny
Używa prawidłowej komunikacji z klientem przy samodzielnym wykonaniu wybranej przez klienta usługi	Dobiera odpowiednio wyposażenie do poprawy ergonomii pracy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje empatię i asertywność w odniesieniu do klienta w kontekście planowanego i wykonywanego zabiegu Uzasadnia zastosowanie wskazanej procedury medycznej w konkretnym przypadku	Obserwacja w warunkach symulowanych 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?

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 adresowany jest do osób początkujących, które chcą zdobyć praktyczne umiejętności w zakresie masażu klasycznego oraz masażu powięziowego całego ciała. Uczestnikami mogą być masażyści, fizjoterapeuci, osoby pracujące w branży beauty i wellness, oraz pasjonaci tematyki związanej ze szkoleniem, zainteresowani zawodem masażyisty, chcący poszerzyć swoją wiedzę i zakres umiejętności z zakresu masażu ciała.

Szkolenie opiera się głównie na praktycznych warsztatach. Uczestnicy będą pracować zarówno indywidualnie, jak i w parach. Uczestnicy najpierw samodzielnie przechodzą zadania doświadczając ich efektów. Następnie otrzymują feedback trenera, ich moderację oraz rys teoretyczny pozwalający pogłębić i/lub poprawić umiejętności.

Praktyka czyni mistrza!

Dlatego zajęcia praktyczne stawiamy na pierwszym miejscu!

Cześć Teoretyczna i praktyczna.

Dzień 1 szkolenia:

1. Otwarcie szkolenia

- Przywitanie uczestników
- Przedstawienie celów i metod szkolenia

2. Krótki rys historyczny masażu klasycznego i terapii powięziowej ciała.

3. Przedstawienie niezbędnych wymagań higieniczno-sanitarnych oraz zasad BHP

- Aseptyka i dezynfekcja stanowiska pracy,
- Prawidłowe wyposażenie stanowiska pracy
- Zasady BHP

4. Wskazanie i omówienie niezbędnej dokumentacji kwalifikującej do zabiegu.

- Prawidłowa treść formularza świadomej zgody klienta na zabieg masażu,
- Wywiad medyczny z klientem,
- Oczekiwanie klienta w odniesieniu do efektu estetycznego zabiegu.

5. Zapoznanie z etapami procedur wykonywania masażu ciała i wskazań oraz ogólnych zaleceń do jego przeprowadzenia.

6. Omówienie przeciwwskazań do wykonywania masażu ciała.

7. Rola dotyku i komunikacji z klientem:

- podstawowa diagnostyka chorób i dolegliwości klienta,
- Zalecenia częstotliwości sesji terapeutycznych
- dobór procedur i metod przeprowadzenia zabiegu.

8. Podstawy teoretyczne masażu klasycznego.

- Omówienie podstaw anatomicznych i fizjologicznych układu mięśniowo-powięziowego.
- Działanie masażu na układ mięśniowy, nerwowy i krwionośny.
 - Przegląd technik: głaskanie, rozcieranie, oklepywanie, ugniatanie
 - Kierunki masażu, siła nacisku, rytm.

9. Wprowadzenie do terapii powięziowej

- Czym jest powięź i jak działa.
 - Różnice pomiędzy masażem klasycznym, a pracą z powięzią.
 - Zasady pracy z oporem tkankowym, czasem i kierunkiem rozciągania.
 - omówienie technik rozciągania powięzi powierzchniowej i tkankowej.

10. Zajęcia praktyczne -masaż klasyczny

- Podstawa masażu grzbietu i karku
- Podstawa masażu kończyn dolnych, górnych i brzucha.

11. Zajęcia praktyczne - masaż powięziowy

- Terapia powięziowa grzbietu, miednicy i klatki piersiowej- techniki rozciągania powięzi
- Kończyny dolne i górne -rozciąganie taśm mięśniowo-powięziowych.
- dobór procedur i metod przeprowadzenia zabiegu.

Część Praktyczna.

Dzień 2-gi szkolenia:

Prezentacja poszczególnych etapów masażu odbywa się w parach osób uczestniczących w szkoleniu lub na modelu. Trening i nauka mają za zadanie poznanie etapów oraz efektów zabiegu zarówno od strony klienta jak i wykonawcy zabiegu.

1.Przypomnienie sposobów rozciągania taśm mięśniowo-powięziowych

2.Zajęcia praktyczne -masaż klasyczny

- Podstawa masażu grzbietu i karku
- Podstawa masażu kończyn dolnych, górnych i brzucha.

3. Zajęcia praktyczne - masaż powięziowy

- Terapia powięziowa grzbietu, miednicy i klatki piersiowej- techniki rozciągania powięzi
- Kończyny dolne i górne -rozciąganie taśm mięśniowo-powięziowych.
- dobór procedur i metod przeprowadzenia zabiegu.

4.Zajęcia praktyczne - działania odpowiednią techniką na głębokie warstwy mięśni i powięzi

- Wskazanie mechanizmu działania na głębokie warstwy mięśni i powięzi,
- Nauka technik masażu tkanek głębokich: ruchy powolne, precyzyjne, z wykorzystaniem przedramion, kciuków i dłoni.

5. Blok poświęcony świadomości proekologicznej w branży beauty:

- Produkty i producenci EKO w zabiegu,
- Świadomość proekologiczna,
- Utylizacja odpadów i produkty wielokrotnego użytku,
- Zastosowanie produktów ekologicznych w wyposażeniu gabinetu,
- Produkty organiczne,
- Sposoby budowania świadomości proekologicznej wśród klientów,
- Zasady recyklingu i segregacji odpadów.

6.Walidacja

Walidacja

Usługa realizowana w godzinach dydaktycznych 45 min. Przerwy i walidacja wliczają się w liczbę godzin usługi.

Metodą walidacji jest test teoretyczny i obserwacja w warunkach symulowanych.

Test przybiera formę papierową i jest rozdawany na początku walidacji. Walidacja procesu szkolenia odbywa się w wyznaczonym w harmonogramie czasie. Czas trwania testu wiedzy 20 min dla wszystkich uczestników. Czas trwania obserwacji 1 h i 40 min. Walidator jest tak przygotowany, by proces przebiegł sprawnie i walidacją zostali objęci wszyscy uczestnicy. Wyniki walidacji podawane są po usłudze. Walidator przekazuje je firmie szkoleniowej, a firma informuje uczestników.

Szkolenie realizowane jest w godzinach dydaktycznych, przerwy wliczają się do czasu trwania szkolenia. W godziny szkolenia wchodzi 15 godzin praktyki i 4 godzin teorii i dwie godziny walidacji.

Harmonogram szczegółowy zajęć, uwzględniający podział na dni i godziny oraz przerwy, zostanie ustalony i uzupełniony nie później niż na 6 dni przed rozpoczęciem szkolenia, zgodnie z regulaminem BUR.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

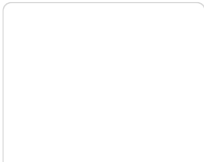
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 200,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 200,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	247,62 PLN
Koszt osobogodziny netto	247,62 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

NATALIA NOWOSIELSKA-DRAGUN



Doświadczona masażystka masażu Kobido oraz powięziowego masażu całego ciała. Od 6 lat prowadzi własny salon "Atelier Urody" w Braniewie, gdzie dba o najwyższe standardy usług i stale podnosi swoje kwalifikacje. Od kilku miesięcy pełni funkcję szkoleniowca w zakresie wykonywania masażu Kobido. W 2022 r brała udział w licznych szkoleniach, między innymi w Akademii Terapii Manualnych twarzy Pan Kobido W. Pyrkosza w Warszawie oraz w Akademii Spa T. Tomasik w Warszawie. Posiada certyfikat ukończenia kursu w zakresie „Rewitalizująco odmładzającego rytuału liftingu twarzy KOBIDO UP” oraz certyfikat ukończenia szkolenia KOBIDO UP Masterclass i masażu Transbukalnego”. W latach 2023-2024 przeprowadziła w ramach wsparcia zawodowego osób wykluczonych społecznie szkolenia z masażu Kobido i automasażu twarzy. Ponadto od wielu lat działa w promocji zdrowego stylu życia i zrównoważonego dbania o duszę i ciało, biorąc udział w licznych warsztatach medytacji i zrównoważonego rozwoju psychologicznego. Posiadane od 2019 roku uprawnienia ratownika wodnego i certyfikat ukończenia kursu kwalifikowanej pierwszej pomocy podniosły wiedzę i umiejętności trenera w zakresie ochrony zdrowia. Posiada certyfikat kursu "Menadżer, jako kierownik XXI wieku..." oraz jest absolwentką wyższych studiów prawniczych na Wydziale Prawa i Administracji Uniwersytetu Gdańskiego. Posiadane przez nią doświadczenie, wiedza i umiejętności pozwalają kompleksowo wspierać klientów w naturalnym procesie zdrowienia

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Dostawca Usług zapewnia warunki organizacyjne wraz z niezbędnymi materiałami do prawidłowego przeprowadzenia szkolenia i jego walidacji. Dodatkowo uczestnicy otrzymują przygotowany przez Trenera skrypt wiedzy z zakresu przeprowadzonego szkolenia. Dla lepszego przyswojenia programu szkolenia uczestnicy otrzymają materiały w formie papierowej. Materiały te umożliwią im na powrót i powtórzenie wiedzy zdobytej na szkoleniu w dowolnym momencie. Dzięki temu uczestnicy osiągną zamierzony cel szkolenia. Materiały szkoleniowe są przejrzyste, stworzone przez profesjonalistów.

Warunki uczestnictwa

W szkoleniu mogą wziąć udział masażyści, fizjoterapeuci, osoby pracujące w branży beauty i wellness oraz pasjonaci tematyki związanej ze szkoleniem, zainteresowani poszerzaniem swojej wiedzy i umiejętności w zakresie masażu klasycznego i terapii powięziowej całego ciała. Uczestnicy będą pracować zarówno indywidualnie jak i w parach.

Informacje dodatkowe

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub Partnera Operatora w danym projekcie PSF lub w którymkolwiek Regionalnym Programie lub FERS albo przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo. Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot będący jednocześnie podmiotem korzystającym z usług rozwojowych o zbliżonej tematyce w ramach danego projektu. Usługa rozwojowa nie obejmuje wzajemnego świadczenia usług w projekcie o zbliżonej tematyce przez Dostawców usług, którzy delegują na usługi siebie oraz swoich pracowników i korzystają z dofinansowania, a następnie świadczą usługi w zakresie tej samej tematyki dla Przedsiębiorcy, który wcześniej występował w roli Dostawcy tych usług.

Adres

ul. Kościuszki 80
14-500 Braniewo
woj. warmińsko-mazurskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



NATALIA NOWOSIELSKA-DRAGUN

E-mail bed4ju@wp.pl

Telefon (+48) 664 959 641