



## Estetyczna terapia twarzy – szkolenie praktyczne z terapii manualnych twarzy; szkolenie stacjonarne

Numer usługi 2025/07/18/10501/2887109

4 305,00 PLN brutto  
3 500,00 PLN netto  
179,38 PLN brutto/h  
145,83 PLN netto/h

1.PRZEDSIĘBIORST  
WO  
WIELOBRANŻOWE  
"LEW" 2.AZIRO  
3.EDUKACYJNA  
SZANSA - AZIRO  
LUIZA Gallus

★★★★★ 4,5 / 5

14 ocen

📍 Jaroty / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 24 h

📅 05.12.2025 do 07.12.2025

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

### Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do :terapeutów manualnych, masażyistów, kosmetologów, refleksologów,

osób pracujących w branży beauty & wellness, gabinetachkosmetycznych i terapeutycznych,

fizjoterapeutów chcących rozszerzyć kompetencje o holistycznetechniki pracy,

osób rozpoczynających pracę w obszarze terapii naturalnych,

pasjonatów zdrowia i metod wspomagających dobrostanpsychofizyczny.

### Minimalna liczba uczestników

2

### Maksymalna liczba uczestników

4

### Data zakończenia rekrutacji

30-11-2025

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

24

### Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat ICVC - SURE (Standard Usług Rozwojowych w Edukacji): Norma zarządzania jakością w zakresie świadczenia usług rozwojowych

# Cel

## Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestników do samodzielnego wykonywania estetycznej terapii twarzy, poprzez praktyczne opanowanie manualnych technik liftingujących, drenujących, relaksacyjnych, transbukalnych, próżnoterapii oraz kinesiotapingu estetycznego, a także organizacji stanowiska pracy, diagnozy estetycznej i komunikacji z klientem.

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

| Efekty uczenia się                             | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                    | Metoda walidacji                     |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| Charakteryzuje ideę estetycznej terapii twarzy | • opisuje anatomię twarzy: mięśnie mimiczne, mięśnie żucia, powiezi, układ limfatyczny • analizuje wskazania i przeciwwskazania • charakteryzuje produkty poślizgowe i kremy do zabiegu | Wywiad swobodny                      |
| Charakteryzuje techniki liftingujące i drenaż  | • stosuje techniki liftingu i relaksacyjne • analizuje przebieg linii meridianowych i punkty akupresury • stosuje odpowiednie środki poślizgowe                                         | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| Wykonuje masaż transbukalny                    | • wykonuje masaż poprawnie na wszystkich partiach twarzy • używa produktów poślizgowych • stosuje techniki relaksacyjne i liftingujące                                                  | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| Stosuje próżnoterapię                          | • przygotowuje stanowisko • stosuje technikę próżnoterapii bezpiecznie i skutecznie                                                                                                     | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| Stosuje kinesiotaping estetyczny               | • przygotowuje skórę i plastry • nakłada plastry zgodnie z protokołem                                                                                                                   | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| Świadomie kształtuje rozwój własny             | • buduje relacje z klientami • rozpoznaje potrzeby uczestnika zabiegu • doradza w zakresie terapii domowej                                                                              | Wywiad swobodny                      |

# 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

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestników do samodzielnego wykonywania zabiegu . Szkolenie jest skierowane zarówno do początkujących, jak i do osób pracujących w obszarze terapii holistycznych, które chcą poszerzyć swój warsztat.

### Harmonogram godzinowy

**Część teoretyczna – anatomia i fizjologia twarzy:** mięśnie mimiczne, mięśnie żucia, powieży, układ **Część teoretyczna – podstawy masażu estetycznego twarzy:** zasady bezpieczeństwa, produkty poślizgowe, kremy i oleje, wskazania i przeciwwskazania

**Warsztaty praktyczne: drenaż limfatyczny + masaż transbukalny** – techniki podstawowe, ćwiczenia na modelkach

**Warsztaty praktyczne: drenaż limfatyczny + masaż transbukalny** – ćwiczenia zaawansowane, indywidualne korekty i analiza

**Część teoretyczna – techniki liftingujące i próżnoterapia:** zasady działania, efekty

### Terapeutyczne, linie meridianowe

**Warsztaty praktyczne: lifting twarzy + próżnoterapia** – techniki podstawowe, zastosowanie baniek chińskich

**Warsztaty praktyczne: relaksacja + kinesiotaping estetyczny** – przygotowanie skóry, dobór taśm, zastosowanie technik relaksacyjnych

**Warsztaty praktyczne: relaksacja + kinesiotaping estetyczny** – ćwiczenia na modelkach, korekta technik

**Część teoretyczna – protokoły i planowanie terapii:** integracja technik, schemat sesji, bezpieczeństwo pacjenta

**Warsztaty praktyczne: protokół + ćwiczenia pełne** – integracja wszystkich technik, praca na modelkach

**Warsztaty praktyczne: protokół + ćwiczenia pełne** – indywidualna korekta i utrwalenie umiejętności

**Walidacja praktyczna** – ocena uczestników pod kątem efektów uczenia się

WALIDACJA ODBĘDZIE SIĘ PODCZAS OSTATNICH 2.5h SZKOLENIA DLA KAŻDEGO UCZESTNIKA. PROCES WALIDACJI BĘDZIEMIAŁ FORMĘ SWOBODNEGO WYWIADU ORAZ OBSERWACJI W WARUNKACH SYMULOWANYCH, W TRAKCIE KTÓREGO OSOBAWERYFIKUJĄCA ZADA PYTANIA DOTYCZĄCE KLUCZOWYCH ZAGADNIEŃ TEORETYCZNYCH METODY ORAZ ZASAD DZIAŁANIA. DODATKOWO UCZESTNIK ZOSTANIE POPROSZONY O PRAKTYCZNE ZAPREZENTOWANIE WYBRANYCH punkty , WŁAŚCIWEGO UŁOŻENIA RĄK ORAZ PRZEBIEGU FRAGMENTU SESJI, ZGODNIE Z PROTOKOŁEM METODY.

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 19

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                                                        | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>1 z 19</b> Część teoretyczna – anatomia i fizjologia twarzy: mięśnie mimiczne, mięśnie żucia, powięzi, układ limfatyczny, punkty akupresury                 | Anna Podlewska | 05-12-2025            | 08:00               | 09:30               | 01:30         |
| <b>2 z 19</b> Przerwa                                                                                                                                          | Anna Podlewska | 05-12-2025            | 09:30               | 09:45               | 00:15         |
| <b>3 z 19</b> Część teoretyczna – podstawy masażu estetycznego twarzy: zasady bezpieczeństwa, produkty poślizgowe, kremy i oleje, wskazania i przeciwwskazania | Anna Podlewska | 05-12-2025            | 09:45               | 11:15               | 01:30         |
| <b>4 z 19</b> Warsztaty praktyczne: drenaż limfatyczny + masaż transbukalny – techniki podstawowe, ćwiczenia na modelkach                                      | Anna Podlewska | 05-12-2025            | 11:15               | 13:00               | 01:45         |
| <b>5 z 19</b> Przerwa obiadowa                                                                                                                                 | Anna Podlewska | 05-12-2025            | 13:00               | 13:30               | 00:30         |
| <b>6 z 19</b> Warsztaty praktyczne: drenaż limfatyczny + masaż transbukalny – ćwiczenia zaawansowane, indywidualne korekty i analiza                           | Anna Podlewska | 05-12-2025            | 13:30               | 16:00               | 02:30         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                                           | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>7 z 19</b> Część teoretyczna – techniki liftingujące i próżnoterapia: zasady działania, efekty terapeutyczne, linie meridianowe                | Anna Podlewska | 06-12-2025            | 08:00               | 09:30               | 01:30         |
| <b>8 z 19</b> Przerwa                                                                                                                             | Anna Podlewska | 06-12-2025            | 09:30               | 09:45               | 00:15         |
| <b>9 z 19</b> Warsztaty praktyczne: lifting twarzy + próżnoterapia – techniki podstawowe, zastosowanie baniek chińskich                           | Anna Podlewska | 06-12-2025            | 09:45               | 11:15               | 01:30         |
| <b>10 z 19</b> Przerwa                                                                                                                            | Anna Podlewska | 06-12-2025            | 11:15               | 11:30               | 00:15         |
| <b>11 z 19</b> Warsztaty praktyczne: relaksacja + kinesiotaping estetyczny – przygotowanie skóry, dobór taśm, zastosowanie technik relaksacyjnych | Anna Podlewska | 06-12-2025            | 11:30               | 13:00               | 01:30         |
| <b>12 z 19</b> Przerwa obiadowa                                                                                                                   | Anna Podlewska | 06-12-2025            | 13:00               | 13:30               | 00:30         |
| <b>13 z 19</b> Warsztaty praktyczne: relaksacja + kinesiotaping estetyczny – ćwiczenia na modelkach, korekta technik                              | Anna Podlewska | 06-12-2025            | 13:30               | 16:00               | 02:30         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                       | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>14 z 19</b> Część teoretyczna – protokoły i planowanie terapii: integracja technik, schemat sesji, bezpieczeństwo pacjenta | Anna Podlewska | 07-12-2025            | 08:00               | 09:30               | 01:30         |
| <b>15 z 19</b> Warsztaty praktyczne: protokół + ćwiczenia pełne – integracja wszystkich technik, praca na modelkach           | Anna Podlewska | 07-12-2025            | 09:30               | 11:00               | 01:30         |
| <b>16 z 19</b> Przerwa                                                                                                        | Anna Podlewska | 07-12-2025            | 11:00               | 11:15               | 00:15         |
| <b>17 z 19</b> Warsztaty praktyczne: protokół + ćwiczenia pełne – indywidualna korekta i utrwalenie umiejętności              | Anna Podlewska | 07-12-2025            | 11:15               | 13:00               | 01:45         |
| <b>18 z 19</b> Przerwa obiadowa                                                                                               | Anna Podlewska | 07-12-2025            | 13:00               | 13:30               | 00:30         |
| <b>19 z 19</b> Walidacja praktyczna – ocena uczestników pod kątem efektów uczenia się                                         | -              | 07-12-2025            | 13:30               | 16:00               | 02:30         |

## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 4 305,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 3 500,00 PLN |

Koszt osobogodziny brutto

179,38 PLN

Koszt osobogodziny netto

145,83 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Anna Podlewska

Anna Podlewska – terapeutka, trenerka i założycielka Naturalness Anna Podlewska

Od kilku lat specjalizuję się w pracy z ciałem, wykorzystując masaż Kobido i Facemodeling z elementami osteoplastyki twarzy. Jako certyfikowana naturoterapeutka, bioenergoterapeutka i refleksolożka wspieram procesy zdrowienia i regeneracji w sposób naturalny, łagodny i skuteczny.

W swojej praktyce łączę podejście manualne z technikami pracy z umysłem. Ukończyłam Polską Akademię NLP oraz Szkołę Coachingu, co pozwala mi holistycznie wspierać klientki zarówno na poziomie fizycznym, jak i emocjonalnym oraz mentalnym.

We wrześniu 2024 roku uzyskałam międzynarodowy certyfikat hipnoterapeuty OMNI Hypnosis Training Center® – jednej z najbardziej renomowanych szkół hipnozy na świecie.

Od ponad dwóch lat szkolę innych w zakresie naturalnych metod wspierania zdrowia, m.in. z refleksologii, masażu Kobido oraz technik manualnych twarzy. Moje warsztaty i szkolenia łączą wiedzę, doświadczenie i pasję do pracy z ciałem oraz energią.

W firmie Naturalness Anna Podlewska tworzę przestrzeń, w której ciało, umysł i dusza spotykają się w harmonii. Każdą osobę traktuję indywidualnie, z uważnością i szacunkiem, wspierając ją w powrocie do wewnętrznej równowagi i naturalnego dobrostanu.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Skrypt szkoleniowy, z opisem wszystkich technik, narzędzi oraz kompetencji.

Skrypt wydawany jest w formie papierowej.

## Adres

ul. Łazurowa 21/4

10-687 Jaroty

woj. warmińsko-mazurskie

### Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

## Kontakt



**Luiza Gallus**

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

**Telefon** (+48) 501 617 032