

DILIGENT

Diligent Szymon
Mrózek

★★★★★ 5,0 / 5

15 ocen

**Zielone kompetencje, Japońskie techniki
masażu liftingującego Kobido MS, taping
estetyczny**

Numer usługi 2025/08/01/175328/2918646

📍 Bielsko-Biała / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 13.10.2025 do 14.10.2025

4 900,00 PLN brutto

4 900,00 PLN netto

306,25 PLN brutto/h

306,25 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Szkolenie przeznaczone jest dla osób fizycznych. Początkujących, jak i aktywnie działających, kosmetologów, kosmetyczek, fizjoterapeutów, masażyстів, pracowników SPA oraz wszystkich zainteresowanych tematyką masażu. Poziom podstawowy, nie wymagane są dokumenty potwierdzające kompetencje. Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu MP i/lub dla Uczestników Projektu NSE;

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

6

Data zakończenia rekrutacji

12-10-2025

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 szkolenia jest wyposażenie uczestników w praktyczne umiejętności prowadzenia gabinet w duchu zrównoważonego rozwoju w kontekście terapii twarzy Kobido MS oraz technik tapingu estetycznego, z jednoczesnym kształtowaniem postawy świadomego terapeuty, który stosuje rozwiązania przyjazne dla środowiska. Uczestnicy nauczą

się wykonywać zabiegi zgodnie z zasadami anatomii i fizjologii twarzy, poznają skuteczne metody naturalnego liftingu i ekologiczne praktyki gabinetowe.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Moduł 1. Uczestnik organizuje stanowisko pracy w duchu zasad zrównoważonego rozwoju. Rozpoznaje główne struktury anatomiczne twarzy, szyi i dekoltu. Zna mechanizmy powstawania zmarszczek i znaczenie mikrokrążenia. Potrafi wskazać przeciwwskazania do terapii manualnych.	- Poprawne odpowiedzi podczas rozmowy kierowanej i quizu - Zastosowanie wiedzy w praktyce podczas ćwiczeń przygotowania stanowiska - Obserwacja poprawności organizacji i użycia eko-materiałów	Test teoretyczny Test teoretyczny Test teoretyczny
Moduł 2. Rozumie znaczenie ergonomii pracy i dobrostanu klienta. Potrafi zastosować manualne techniki bez użycia urządzeń. Uwzględnia ekologiczne aspekty w trakcie zabiegu. Zna podstawowe techniki masażu Kobido MS: relaksacyjne, liftingujące, stymulujące.	- Obserwacja poprawnej techniki podczas ćwiczeń - Feedback od trenera (ułożenie dłoni, siła nacisku, rytm) - Ocena pracy w trybie „low-energy” (brak sprzętów, naturalne oświetlenie)	Obserwacja w warunkach rzeczywistych Obserwacja w warunkach rzeczywistych Test teoretyczny
Moduł 3. Dobiera naturalne środki wspomagające masaż. Wykonuje techniki drenażowe i rozluźniające twarzy. Rozumie znaczenie układu limfatycznego w naturalnej detoksykacji. Moduł 4. Wymienia rodzaje ekologicznych taśm i ich właściwości.. Rozumie podstawy działania tapingu estetycznego i różnice względem kinesiotapingu. Wymienia wskazania i przeciwwskazania do aplikacji taśm.	- Wykonanie technik w parach lub na modelach - Poprawność ruchów i ułożenia ciała - Dobór ekologicznych preparatów w trakcie sesji - Test wiedzy (ustny lub pisemny) - Rozpoznanie właściwego rodzaju taśmy - Uzasadnienie wyboru materiałów pod kątem eko	Obserwacja w warunkach rzeczywistych Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Moduł 5. Rozumie znaczenie bezpiecznego kontaktu ze skórą i unikania marnotrawstwa materiałów. Uczestnik wykonuje aplikacje taśm na różnych obszarach twarzy i szyi. Zachowuje prawidłową technikę cięcia, zaokrąglania i nakładania taśmy.	- Poprawne wykonanie aplikacji w parach - Analiza techniki przez instruktora - Obserwacja ekonomicznego wykorzystania materiałów	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Moduł 6. Uwzględnia aspekty recyklingu, ograniczania zużycia plastiku i energii. Rozumie wpływ naturalnych metod na kondycję skóry i środowisko. Układa plan zabiegowy łączący Kobido MS i taping.	- Studium przypadku – stworzenie własnego planu - Obserwacja działań praktycznych - Ocena wyboru produktów i ich zgodności z eko-idea	Test teoretyczny
Moduł 7. Buduje relację z klientem w oparciu o zaufanie i świadomość ekologiczną. Samodzielnie wykonuje pełny zabieg z wykorzystaniem wszystkich poznanych technik. Promuje naturalne formy pielęgnacji i zielone rozwiązania w pracy gabinetowej.	- Ocena całościowego wykonania zabiegu - Analiza komunikacji z klientem - Spójność z zasadami pracy ekologicznej	Wywiad swobodny
Moduł 8. Uczestnik wykazuje się wiedzą teoretyczną i praktyczną z zakresu Kobido MS i tapingu. Potrafi argumentować swoje wybory zgodnie z zasadami zielonych kompetencji. Świadomie planuje działania zgodne z filozofią zrównoważonego rozwoju.	- Egzamin praktyczny – wykonanie zabiegu - Egzamin teoretyczny – pytania otwarte i zamknięte - Feedback od trenera i samoocena uczestnika	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Inne kwalifikacje

Uznane kwalifikacje

Pytanie 4. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji jest rozpoznawalny i uznawalny w danej branży/sektorze (czy certyfikat otrzymał pozytywne rekomendacje od co najmniej 5 pracodawców danej branży/

sektorów lub związku branżowego, zrzeszającego pracodawców danej branży/sektorów)?

TAK

Informacje

Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów	uprawnione do realizacji procesów walidacji i certyfikowania na mocy innych przepisów prawa
Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Fundacja My Personality Skills
Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR	Tak
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Fundacja My Personality Skills
Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR	Nie

Program

„KOBIDO MS, TAPING ESTETYCZNY I ZIELONE KOMPETENCJE w praktyce gabinetu”

Masaż Kobido MS i podstawy tapingu estetycznego

Moduł 1 TEORIA

Anatomia i fizjologia twarzy + bezpieczeństwo i higiena pracy z uwzględnieniem aspektów ekologicznych

- Budowa i funkcje mięśni twarzy, szyi i dekoltu
- Zmarszczki – mechanizmy powstawania
- Znaczenie układu limfatycznego i mikrokrążenia
- Zasady BHP i przygotowanie ekologicznego stanowiska pracy
- Proekologiczna organizacja przestrzeni i narzędzi: oszczędność wody, wielorazowe akcesoria, biodegradowalne materiały

Moduł 2 PRAKTYKA

Techniki Kobido MS – praca manualna i relaksacja z naciskiem na dobrostan klienta i terapeuty

- Techniki masażu: relaksacyjne, liftingujące, stymulujące
- Prawidłowe ułożenie dłoni, ergonomia pracy
- Praca w rytmie ciała – szacunek dla naturalnych procesów
- Minimalizowanie zużycia energii podczas zabiegu, praca przy naturalnym świetle, bez urządzeń zużywających prąd

Moduł 3 PRAKTYKA

Praktyka Kobido – techniki drenażowe i rozluźniające + wspieranie fizjologii i regeneracji organizmu

- Praca w parach – ćwiczenia praktyczne na modelach
- Drenaż limfatyczny i jego wpływ na detoksykację
- Wybór naturalnych preparatów ułatwiających masaż – zero plastiku, bezpieczne składniki

Moduł 4 TEORIA

Wprowadzenie do tapingu estetycznego + ekologiczna selekcja materiałów

- Różnice między tapingiem estetycznym a kinesiotapingiem
- Jak działa taping na mięśnie, skórę, limfę

- Wybór taśm: bezklejowe dodatki, taśmy z naturalnego kleju, bezpieczne dla skóry i środowiska
- Samodzielne pierwsze aplikacje na modelach i sobie

DZIEŃ 2 – Taping estetyczny, łączenie technik i egzamin końcowy

Moduł 5 PRAKTYKA

Taping praktyczny – aplikacja na twarzy i szyi + efektywność pracy manualnej bez energii elektrycznej

- Obszary: czoło, okolice oczu, żuchwa, szyja
- Techniki modelowania twarzy taśmą
- Pozycjonowanie klienta bez potrzeby zużycia dodatkowej energii – praca przy świetle dziennym
- Znaczenie pracy manualnej w redukcji zużycia prądu w gabinetach

Moduł 6 PRAKTYKA

Procedury zabiegowe i łączenie technik z uwzględnieniem zrównoważonego rozwoju

- Jak tworzyć ekologiczne protokoły zabiegowe
- Planowanie pracy z minimalizacją odpadów
- Łączenie Kobido i tapingu dla efektu naturalnego liftingu
- Bezpieczne środki do demakijażu i oczyszczania – w duchu zero waste

Moduł 7 PRAKTYKA

Kompleksowa sesja – symulacja pracy z klientem + komunikacja i edukacja ekologiczna

- Uczestnicy wykonują pełny zabieg (Kobido + taping)
- Symulacja pracy w realiach gabinetowych
- Komunikacja z klientem: jak edukować klientów na temat eko-opcji
- Naturalne produkty do pielęgnacji pozabiegowej

Moduł 8

Egzamin końcowy + podsumowanie szkolenia

- Egzamin teoretyczny i praktyczny (30 minut)
- Ocena wykonania zabiegów
- Omówienie indywidualnych postępów
- Wręczenie certyfikatów
- Możliwość zapisania się na poziom zaawansowany

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 12

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 12 Moduł 1 TEORIA Anatomia i fizjologia twarzy + bezpieczeństwo i higiena pracy z uwzględnieniem aspektów ekologicznych	Monika Skalska	13-10-2025	08:00	09:45	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 12 Moduł 2 PRAKTYKA techniki Kobido MS – praca manualna i relaksacja z naciskiem na dobrostan klienta i terapeuty	Monika Skalska	13-10-2025	09:45	12:30	02:45
3 z 12 przerwa	Monika Skalska	13-10-2025	12:30	12:45	00:15
4 z 12 Moduł 3 PRAKTYKA Kobido – techniki drenażowe i rozluźniające + wspieranie fizjologii i regeneracji organizmu	Monika Skalska	13-10-2025	12:45	14:15	01:30
5 z 12 przerwa	Monika Skalska	13-10-2025	14:15	15:00	00:45
6 z 12 Moduł 4 TEORIA/PRAKTYKA Wprowadzenie do tapingu estetycznego + ekologiczna selekcja materiałów	Monika Skalska	13-10-2025	15:00	16:00	01:00
7 z 12 Moduł 5 PRAKTYKA Taping praktyczny – aplikacja na twarzy i szyi + efektywność pracy manualnej bez energii elektrycznej	Monika Skalska	14-10-2025	08:00	10:30	02:30
8 z 12 przerwa	Monika Skalska	14-10-2025	10:30	10:45	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
9 z 12 Moduł 6 PRAKTYKA Procedury zabiegowe i łączenie technik z uwzględnieniem zrównoważonego rozwoju	Monika Skalska	14-10-2025	10:45	12:30	01:45
10 z 12 przerwa	Monika Skalska	14-10-2025	12:30	13:00	00:30
11 z 12 Moduł 7 PRAKTYKA Kompleksowa sesja – symulacja pracy z klientem + komunikacja i edukacja ekologiczna	Monika Skalska	14-10-2025	13:00	15:00	02:00
12 z 12 egzamin	-	14-10-2025	15:00	16:00	01:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 900,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 900,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	306,25 PLN
Koszt osobogodziny netto	306,25 PLN
W tym koszt walidacji brutto	90,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	90,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	125,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	125,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Monika Skalska

Monika Skalska to doświadczony i pełen pasji trener z imponującym, 20-letnim stażem w dziedzinie terapii manualnych. Specjalizuje się w autorskich metodach masażu twarzy i ciała w tym głównie KOBIDO MS i FaceLifting MS oraz neuromasaż. Jej podejście bazuje na bezinwazyjnych, naturalnych technikach, które przynoszą spektakularne efekty w poprawie kondycji skóry, relaksacji mięśni, stymulacji układu limfatycznego i krwionośnego, a także redukcji stresu i oznak zmęczenia.

Monika Skalska jest nie tylko praktykiem, ale również wybitnym pedagogiem, który z ogromnym zaangażowaniem dzieli się swoją wiedzą i umiejętnościami. Ukończyła szkolenie z zakresu zielonych kompetencji, które pozwoliło poszerzyć wiedzę na temat zrównoważonego rozwoju, ochrony środowiska oraz ekologicznych praktyk w życiu codziennym i pracy zawodowej. Jej filozofia pracy to nieustanne doskonalenie i poszukiwanie nowych rozwiązań. Regularnie uczestniczy w kursach i szkoleniach, w ciągu ostatnich 5 lat podnosiła swoje kompetencje i kwalifikacje.

Monika Skalska to uznany specjalista w dziedzinie terapii manualnych, z szerokim zakresem kompetencji obejmujących m.in.:

Japońskie techniki masażu Kobido MS
Facelifting MS Manual Therapy (terapia autorska)
Neuromasaż z elementami refleksologii (terapia autorska)
Masaż transbukalny
Drenaż limfatyczny
Mezoterapia mikroigłowa
Masaż bańkami
Techniki relaksacyjne na ciało
Refleksologia twarzy, głowy, dłoni i stóp
Pinezkowanie twarzy
Masaż gorącymi kamieniami

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Informacje dodatkowe:

- przerwy stanowią integralną część kursu a ich czas jest dostosowany do potrzeb uczestników
- 3H 15 MIN TEORIA
- 1H 45 MIN PRZERWY
- 30MIN EGZAMIN
- 11,5 GODZIN PRAKTYKI
- po zakończeniu udziału w usłudze rozwojowej uczestnik otrzymuje certyfikat
- jedna godzina zajęć równa jest godzinie zegarowej
- przed zapisem na szkolenie prosimy o kontakt z organizatorem, aby zweryfikować dostępność terminu
- aby wypełnić zgłoszenie prosimy o kontakt mailowy: instytutskalska@gmail.com

Podstawa zwolnienia z VAT

Rozporządzenie Ministra Finansów z dn. 20.12.2013 r. paragraf 3 ust 1 pkt.14. Zwalnia się od podatku usługi kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego, finansowane w co najmniej 70 % ze środków publicznych oraz świadczenie usług i dostawę towarów ściśle z tymi usługami związane.

Warunki uczestnictwa

Dla uczestników projektu MP i/lub NSE warunkiem uczestnictwa jest zapisanie się również na usługę egzaminacyjną

Adres

pl. św. Mikołaja 5/3
43-300 Bielsko-Biała
woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Monika Skalska

E-mail instytutskalska@gmail.com

Telefon (+48) 602 626 662