



TZCOSMETICS
TOMASZ ZESZOT

Brak ocen dla tego dostawcy

Zabiegi podologiczne – praca skalpelem i rekonstrukcja płytki paznokciowej z elementami zielonych kompetencji

Numer usługi 2025/08/11/184867/2934195

📍 Stargard / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 18 h

📅 13.09.2025 do 14.09.2025

3 770,00 PLN brutto

3 770,00 PLN netto

209,44 PLN brutto/h

209,44 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do:

- Osób wykonujących pedicure kosmetyczny, które chcą poszerzyć swoje kompetencje o zabiegi z zakresu podologii
- Kosmetologów i techników usług kosmetycznych zainteresowanych wprowadzeniem do swojej oferty pracy skalpelem oraz rekonstrukcji płytki paznokciowej
- Osób prowadzących lub planujących otwarcie gabinetów pedicure/podologicznych
- Praktyków chcących uzupełnić swoją wiedzę i umiejętności o aspekty zielonych kompetencji i zrównoważonego rozwoju

Minimalna liczba uczestników

8

Maksymalna liczba uczestników

10

Data zakończenia rekrutacji

12-09-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

18

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 nabycie przez uczestników umiejętności wykonywania zabiegów podologicznych z wykorzystaniem skalpela oraz przeprowadzania rekonstrukcji płytki paznokciowej z uwzględnieniem zasad zrównoważonego rozwoju, higieny pracy i zielonych kompetencji zgodnych z klasyfikacją ESCO. Szkolenie ma charakter praktyczny z elementami teorii.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Prawidłowo organizuje stanowisko do pracy podologicznej zgodnie z zasadami BHP	Poprawnie przygotowane stanowisko, zgodne z zasadami higieny	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Rozróżnia preparaty i materiały niezbędne do wykonania zabiegu podologicznego	Test teoretyczny
	Uczestnik szkolenia wyjaśnia jak przechowywać materiały skażone wytwarzane podczas zabiegu	Test teoretyczny
Wykonuje zabieg podologiczny z praktycznym zastosowaniem ekologicznych materiałów i technik, zmniejszeniem zużycia wody, praktycznym zastosowaniem zasad recyklingu i segregacji odpadów	Organizuje niezbędne materiały oraz narzędzia do zabiegu podologicznego z praktycznym wykorzystaniem materiałów i technik, zmniejszeniem zużycia wody, praktycznym zastosowaniem zasad recyklingu i segregacji odpadów, minimalizowaniem systemów ogrzewania w miejscu pracy oraz wprowadzeniem zasad przechowywania i utylizacji materiałów stanowiących zagrożenie dla zdrowia	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Przeprowadza prawidłowo wywiad z pacjentem	Test teoretyczny
	Sterylizuje i dezynfekuje narzędzia	Test teoretyczny
	Przeprowadza prawidłowo zabieg podologiczny – w zakresie pękających pięt i odcisków, zmian na stopach oraz pracuje ze skalpelem	Test teoretyczny
	Opracowuje holistyczną pielęgnację pozabiegową promując świadomość proekologiczną wśród klientów	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik szkolenia charakteryzuje czym jest zabieg podologiczny oraz rozpoznaje zasady świadomości proekologicznej w zakresie zrównoważonego rozwoju i ekologicznych praktyk w codziennym życiu	Definiuje wskazania i przeciwwskazania do wykonania zabiegu podologicznego	Test teoretyczny
	Rozróżnia preparaty i materiały niezbędne do wykonania zabiegu podologicznego	Test teoretyczny
	Definiuje podstawy funkcjonowania gabinetu	Test teoretyczny
	Definiuje czym jest świadomość ekologiczna oraz w jaki sposób rozwijać praktyki ekologiczne w codziennym życiu oraz pracy z naciskiem na recykling, gospodarowanie odpadami oraz oszczędność materiałów podczas wykonywania zabiegów.	Test teoretyczny
	Uczestnik szkolenia wyjaśnia jak przechowywać materiały skażone wytwarzane podczas zabiegu	Test teoretyczny
Rozróżnia wskazania i przeciwwskazania do zabiegów rekonstrukcji płytki paznokcia	Prawidłowo dobiera materiał do rekonstrukcji	Test teoretyczny
	Prawidłowo wykonuje zabieg rekonstrukcji w sposób zgodny z zasadami bezpieczeństwa i zdrowia	Test teoretyczny
	Przygotowuje w sposób prawidłowy płytkę paznokciową	Test teoretyczny
Charakteryzuje znaczenie komunikacji z klientem przy samodzielnym wykonaniu zabiegu	Jest empatyczny i asertywny w odniesieniu do klienta w kontekście planowanego i wykonywanego zabiegu	Test teoretyczny
Optymalizuje wpływ na środowisko podczas wykonywania zabiegów kosmetycznych stosując ekologiczne materiały i techniki.	Wykorzystuje materiały i narzędzia przyjazne środowisku; zmniejsza zużycie energii, wody i materiałów podczas wykonywania zabiegów; analizuje wpływ stosowanych metod zabiegowych na środowisko naturalne	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	Tak

Program

Program szkolenia: Zabiegi podologiczne – praca skalpelem i rekonstrukcja płytki paznokciowej z elementami zielonych kompetencji

DZIEŃ 1 – PRACA SKALPELEM I DŁUTEM + ZIELONE KOMPETENCJE

CZĘŚĆ TEORETYCZNA

1. Zasady BHP na stanowisku pracy podologicznej
 - Ciąg dekontaminacyjny – dezynfekcja i sterylizacja narzędzi
 - zasady BHP i wymogi sanitarne
1. Anatomia i fizjologia skóry:
 - Budowa skóry stóp i jej funkcje
 - Patologie: hiperkeratozy, modzele, odciski, pękające pięty
2. Wskazania i przeciwwskazania do pracy skalpelem i dłutem
3. Dobór keratolityków do rodzaju skóry i problemu
4. Zielone kompetencje w pracy podologa:
 - Ograniczenie zużycia energii i wody
 - Recykling i segregacja odpadów
 - Wybór biodegradowalnych produktów i ekologicznych opakowań
 - Edukacja klienta w zakresie eko-nawyków
5. Omówienie zabiegów
 - Zabieg z użyciem skalpela
 - Skin polishing – cel i zastosowanie
 - Praca pododyskiem – funkcja i zastosowanie

CZĘŚĆ PRAKTYCZNA

1. Organizacja stanowiska zgodnie z zasadami higieny i zielonymi praktykami
2. Praca skalpelem – ćwiczenia na fantomach (np. owoce)
3. Praca dłutem i frezarką
4. Opracowanie pięt, odcisków, modzeli, hiperkeratoz na modelkach

5. Zastosowanie keratolityków i dobór do konkretnego przypadku
6. Zabieg **Skin polishing** jako etap końcowy
7. Praktyka z użyciem pododysków
8. Utrwalenie zasad ergonomii i ekologicznej organizacji pracy

DZIEŃ 2 – REKONSTRUKCJA PAZNOKCI, TERAPIA ONYCHOLIZY, WALIDACJA

CZĘŚĆ TEORETYCZNA

1. Budowa paznokcia i patologiczne zmiany – z naciskiem na onycholizę
2. Zasady BHP przy pracy z płytką paznokciową
3. Wskazania i przeciwwskazania do rekonstrukcji paznokcia
4. Terapia onycholizy w gabinecie podologicznym – podejście etapowe
5. Dobór odpowiednich materiałów do rekonstrukcji
6. Zielone kompetencje w kontekście pracy z materiałami syntetycznymi
 - Unikanie nadprodukcji odpadów
 - Właściwa utylizacja materiałów skażonych
 - Świadomy wybór produktów z certyfikatami eko

CZĘŚĆ PRAKTYCZNA

1. Oczyszczanie płytki paznokciowej zgodnie z zasadami aseptyki
2. Przygotowanie paznokci do zabiegu rekonstrukcji
3. Praktyka rekonstrukcji paznokcia na modelkach
4. Omówienie zaleceń pozabiegowych i pielęgnacji domowej
5. Terapia onycholizy – pokaz i praktyka na przypadkach

WALIDACJA I ZAKOŃCZENIE

1. Podsumowanie praktyki i omówienie prac uczestników, sesja Q&A
2. Test wiedzy teoretycznej
3. Omówienie wyników, rozdanie certyfikatów
4. Zakończenie szkolenia, ankieta ewaluacyjna

CAŁKOWITY CZAS SZKOLENIA:

18 godzin dydaktycznych, w tym część teoretyczna 6 godzin i część praktyczna 12 godzin. 1 godzina dydaktyczna= 45 minut.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 22

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 22 Wprowadzenie, cele szkolenia, BHP i higiena w pracy podologa	Tomasz Zeszot	13-09-2025	09:00	09:45	00:45
2 z 22 Anatomia skóry, choroby stóp i kwalifikacja do zabiegu skalpelem	Tomasz Zeszot	13-09-2025	09:45	10:30	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 22 Dobór keratolityków, wskazania/przeciwwskazania, zielone kompetencje	Tomasz Zeszot	13-09-2025	10:30	11:15	00:45
4 z 22 Przerwa	Tomasz Zeszot	13-09-2025	11:15	11:30	00:15
5 z 22 Teoria zabiegów: skalpel, dłuto, skin polishing, pododysk	Tomasz Zeszot	13-09-2025	11:30	12:15	00:45
6 z 22 Przygotowanie stanowiska pracy zgodnie z zasadami eko	Tomasz Zeszot	13-09-2025	12:15	13:00	00:45
7 z 22 Przerwa obiadowa	Tomasz Zeszot	13-09-2025	13:00	13:45	00:45
8 z 22 Ćwiczenia: praca skalpelem i dłutem na fantomach	Tomasz Zeszot	13-09-2025	13:45	14:30	00:45
9 z 22 Opracowanie pięć, modeli, odcisków na modelkach	Tomasz Zeszot	13-09-2025	14:30	15:15	00:45
10 z 22 Przerwa	Tomasz Zeszot	13-09-2025	15:15	15:30	00:15
11 z 22 Skin polishing + zastosowanie pododysku	Tomasz Zeszot	13-09-2025	15:30	16:15	00:45
12 z 22 Podsumowanie dnia, pytania, utrwalenie wiedzy	Tomasz Zeszot	13-09-2025	16:15	17:00	00:45
13 z 22 Podsumowanie dnia 1, cele dnia 2	Tomasz Zeszot	14-09-2025	09:00	09:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
14 z 22 Anatomia paznokcia, onycholiza, kwalifikacja do rekonstrukcji	Tomasz Zeszot	14-09-2025	09:15	10:00	00:45
15 z 22 Produkty do rekonstrukcji, techniki aplikacji, zielone podejście	Tomasz Zeszot	14-09-2025	10:00	10:45	00:45
16 z 22 Przerwa	Tomasz Zeszot	14-09-2025	10:45	11:00	00:15
17 z 22 Przygotowanie stanowiska i paznokcia do rekonstrukcji	Tomasz Zeszot	14-09-2025	11:00	11:45	00:45
18 z 22 Rekonstrukcja paznokcia – ćwiczenia na modelkach	Tomasz Zeszot	14-09-2025	11:45	12:30	00:45
19 z 22 Przerwa obiadowa	Tomasz Zeszot	14-09-2025	12:30	13:15	00:45
20 z 22 Terapia onycholizy – omówienie przypadków i praktyka	Tomasz Zeszot	14-09-2025	13:15	14:00	00:45
21 z 22 Utrwalenie rekonstrukcji, zasady eko, zalecenia dla klienta	Tomasz Zeszot	14-09-2025	14:00	15:30	01:30
22 z 22 Test teoretyczny (walidacja efektów uczenia się)	-	14-09-2025	15:30	16:45	01:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 770,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 770,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	209,44 PLN
Koszt osobogodziny netto	209,44 PLN
W tym koszt walidacji brutto	125,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	125,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	125,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	125,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Tomasz Zeszot

Prowadzę profesjonalną działalność w zakresie podologii i kosmetologii, koncentrując się na kompleksowej opiece nad zdrowiem i estetyką stóp. Moj gabinet w Stargardzie – TZPodologia – to miejsca, w których pacjenci otrzymują indywidualne wsparcie, skuteczne terapie podologiczne oraz najwyższy standard usług.

Od 15 lat jako praktyk oraz kosmetolog, podolog specjalizuję się w terapii skóry suchej, terapii hiperkeratoz, terapii zmian chorobowych płytki paznokciowej (m.in. onycholiza, grzybica, onychogryfoza) oraz w profesjonalnym usuwaniu brodawek wirusowych. Stawiam na interdyscyplinarne podejście, łącząc wiedzę medyczną, kosmetologiczną i podologiczną. Jako instruktor i szkoleniowiec marki Pharm Foot przekazuję swoją wiedzę i doświadczenie zarówno początkującym, jak i zaawansowanym specjalistom branży beauty i podologii.

Prowadzę szkolenia stacjonarne i warsztaty praktyczne z zakresu:

Podstaw pedicure kosmetycznego i podologicznego.

Pracy ze skalpelem, dłutem i frezarką

Opracowywania paznokci zmienionych chorobowo.

Terapii na brodawki wirusowe

Technik ortonyksyjnych i terapii paznokcia wkręcającego się i wrastającego.

Terapie skóry i paznokci z użyciem dermokosmetyków.

Profilaktyki stopy cukrzycowej i pielęgnacji skóry wrażliwej.

Doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia szczegółowych danych dotyczących oferowanej usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik w ramach szkolenia otrzyma:

- skrypt szkoleniowy
- podręcznik szkoleniowy
- broszury informacyjne

Warunki uczestnictwa

W przypadku uczestnictwa w usłudze osoby z niepełnosprawnością dostawca usługi zapewni realizację usługi rozwojowej uwzględniając potrzeby osób z niepełnosprawnościami (w tym również dla osób ze szczególnymi potrzebami) zgodnie ze Standardami dostępności dla polityki spójności 2021-2027.

Adres

ul. Hetmana Stefana Czarnieckiego 3/6
73-110 Stargard
woj. zachodniopomorskie

Gabinet TZPodologia Tomasz Zeszot położony w centrum Stargardu.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Serwis kawowy, poczęstunek. Bezpłatny parking, toaleta przystosowana dla osób niepełnosprawnych.

Kontakt



Tomasz Zeszot

E-mail tzpodologia@gmail.com

Telefon (+48) 518 555 991