



Katowice - Certyfikowany Warsztat Access Bars® Szkolenie z zakresie redukcji stresu dobrostanu i zielonych kompetencji

Numer usługi 2025/10/23/184984/3099613

1 275,00 PLN brutto
1 275,00 PLN netto
106,25 PLN brutto/h
106,25 PLN netto/h

AKADEMIA
ŚWIADOMEGO
ROZWOJU SPÓŁKA
Z OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,6 / 5

2 oceny

📍 Katowice / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 12 h

📅 17.01.2026 do 17.01.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
Grupa docelowa usługi	Wsparcie dedykowane dla: - osób, które chcą wprowadzić praktykę Access Consciousness® do swojej pracy lub wsparcia w życiu osobistym. - praktyków Access Bars®, którzy chcą poszerzyć zakres swoich narzędzi. - pracowników gabinetów fizjoterapii, psychoterapii, terapii manualnych, masaży czy wszelkich gabinetów wsparcia ciała. - osób, w tym rodziców dzieci, którzy zmagają się ze stresem, uzależnieniami, ADD, ADHD, zespołem Aspergera, autyzmem.
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	15-01-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	12
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

Warsztat przygotowuje do samodzielnej praktyki z wykorzystaniem metod Access Bars®, - trzonu metody Access Consciousness® służących do uwolnienia napięcia i stresu, relaksacji, poprawy samopoczucia psychicznego i fizycznego.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik przeprowadza sesję Access Bars®	Przeprowadza pełną sesję Access Bars® poprawnie wskazując 32 punkty na głowie, określa jak pracować z technikami Access Consciousness w codziennym życiu	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik potrafi udzielić jasnej informacji czym jest każdy proces, jak działa, na czym polega i jaki ma wpływ na dobrostan klienta.	wskazuje badania naukowe i doświadczenia, które pozwalają zrozumieć sedno działania metod. Potrafi jasno wytłumaczyć działania technik i właściwie przeprowadzić klientów przez proces. Dobiera stosowany proces do potrzeb klienta. Przeprowadza wywiad z klientem pozwalający jasno zrozumieć potrzeby jednostki.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik akceptuje świadome i zrównoważone podejście do relacji ciało–umysł przestrzeń jako element zielonych kompetencji zdrowotnych i społecznych	określa znaczenie codziennych praktyk regeneracyjnych dla zdrowia i efektywności,	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	wskazuje sposoby wdrażania postaw prozdrowotnych i prospołecznych w środowisku pracy.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

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

1. Wsparcie dedykowane dla:
- osób, które chcą wprowadzić praktykę Access Consciousness® do swojej pracy lub wsparcia w życiu osobistym.
 - pracowników gabinetów fizjoterapii, psychoterapii, terapii manualnych, masaży czy wszelkich gabinetów wsparcia ciała.
 - osób, w tym rodziców dzieci, którzy zmagają się ze stresem, uzależnieniami, ADD, ADHD, zespołem Aspergera, autyzmem.
1. Warunki realizacji szkolenia: warsztaty stacjonarne; sala warsztatowa przystosowana do zajęć manualnych, wyposażone w łóżka do masażu
2. Udział w szkoleniu nie wymaga żadnych dodatkowych warunków.
3. Godzina zajęć jest równoznaczna z godziną szkoleniową - 45 min. Dwie 15-minutowe przerwy są wliczone w czas usługi, lunch 30 minut, został wyjęty z harmonogramu.
4. Walidacja wiedzy i umiejętności: obserwacja w warunkach rzeczywistych i obserwacja w warunkach symulowanych

Ramowy plan usługi:

Przywitanie uczestników - poznanie trenerów - poznanie grupy - oczekiwania w stosunku do szkolenia - Wprowadzenie do Access Consciousness w ramach zielonych kompetencji
Access Bars - opis i działanie metody 1. czym jest, a czym nie jest Access Bars 2. badania naukowe potwierdzające wpływ metody na fale mózgowe i złagodzenie objawów lękowych. depresyjnych, wypalenia zawodowego itp. 3. narzędzia werbalne/coachingowe
Film instruktażowy Access Bars z twórcami metody. Pokaz pełnej sesji wykonanej przez Facylitatora. Film instruktażowy Access Bars z twórcami metody. Pokaz pełnej sesji wykonanej przez Facylitatora
Access Bars. Praktyka w parach - pierwsza sesja. Omówienie znaczenia poszczególnych punktów na głowie - Access Bars. Praktyka w parach - druga sesja. Codzienne praktyki regeneracyjne dla zdrowia i efektywności,

Trzecia sesja Access Bars w nowych parach Access Bars.

Inne energetyczne procesy na ciało

- ćwiczenie grasicy
- exit stage left
- trójkądkowy system sekwencyjny

Czwarta sesja Access Bars -

Podsumowanie i Walidacja umiejętności

1. pytania i odpowiedzi
2. obserwacja i podsumowanie wyników
3. wręczenie certyfikatów i dodanie do bazy

Czwarta sesja Access Bars - wymiana

sposoby wdrażania prozdrowotnych i prospołecznych w środowisku

Podsumowanie i Walidacja umiejętności

- pytania i odpowiedzi
- obserwacja i podsumowanie wyników
- wręczenie certyfikatów i dodanie do bazy

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 7

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 7 Przywitanie uczestników	Anna Jagiełło	17-01-2026	09:00	09:45	00:45
2 z 7 Wprowadzenie do metody Access Consciousness i Access Bars w ramach zielonych kompetencji	Anna Jagiełło	17-01-2026	09:45	10:30	00:45
3 z 7 Access Bars - opis i działanie metody. Instuktaż wideo.	Anna Jagiełło	17-01-2026	10:30	11:15	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
4 z 7 Access Bars. Praktyka w parach. Omówienie znaczników punktów na głowie. Pierwsza sesja.	Anna Jagiełło	17-01-2026	11:15	14:15	03:00
5 z 7 Access Bars praktyka w parach, trzecia i czwarta sesja. Zastosowanie zielonych kompetencji w sesji	Anna Jagiełło	17-01-2026	14:45	17:00	02:15
6 z 7 Podsumowania. Sesja pytań i odpowiedzi.	Anna Jagiełło	17-01-2026	17:00	17:45	00:45
7 z 7 Walidacja umiejętności	Anna Jagiełło	17-01-2026	17:45	18:30	00:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 275,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 275,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	106,25 PLN
Koszt osobogodziny netto	106,25 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1

1 z 1



Anna Jagiełło

Certyfikowany Facylitator Access Consciousness® Access Bars®, Access Facelift®, Access BodyProcess®; ale także dyplomowany Energy Coach z ENERGY INSTITUT Naturheil Praxis Karl Pernull w cyklu kształcenia autoryzowanym Barbary Ann Brennan oraz Instruktor Chirurgii Fantomowej / Kwantowej.

Z wykształcenia socjolog, z doświadczenia wieloletni manager zarządzający zespołami projektowymi, krajowymi imprezami dla sektora biznesu i organizacji publicznych.

W ciągu ostatnich 5 lat przeprowadziła ponad 1000 godzin szkoleniowych. Od 2019 roku spełnia coroczny warunek odnawiania licencji wymagany przez Access Consciousness.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik dostanie:

1. Manual z opisem procesów i metody Access Bars
2. Headchart z ustawieniami dłoni
3. Headchart z punktami na głowie
4. Nagranie w formie MP3

Informacje dodatkowe

1. Uczestnik otrzyma Międzynarodowy Certyfikat ukończenia kursu, który pozwala na odpłatne prowadzenie sesji z innymi osobami i uzyskanie wpisu do oficjalnej bazy praktyków metody.
2. To praktyczny warsztat, skupiony na zdobyciu umiejętności przeprowadzania sesji. 80% praktyka, 20% teoria.
3. Walidator ma na celu tylko i wyłącznie sprawdzenie faktycznie wykonanego zabiegu.

Adres

ul. Dębowa 58
40-105 Katowice
woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi
- W pełni wyposażone dla warsztatu. Stoły do masażu, wraz z kocami i poduszkami + część rekreacyjna

Kontakt



Anna Jagiełło

E-mail kontakt@odzyskaj-siebie.com

Telefon (+48) 797 052 940