



ODNOVA Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

9 822 oceny

## Kurs Osteopatia estetyczna twarzy

Numer usługi 2025/10/30/55596/3117121

📍 Kraków

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 31:00 h

📅 06.11.2026 do 08.11.2026

3 600,00 PLN brutto

3 600,00 PLN netto

116,13 PLN brutto/h

116,13 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

### Grupa docelowa usługi

Kurs skierowany jest do:

- techników fizjoterapii,
- fizjoterapeutów,
- masażyistów,
- studentów fizjoterapii,
- terapeutów manualnych,
- kosmetologów i kosmetyczek,
- techników usług kosmetycznych,
- logopedów
- neurologopedów,
- studentów w/w kierunków,
- usługa adresowana jest również do uczestników projektów: Kierunek-Rozwój, Akademia HR, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II, Małopolski pociąg do kariery - sezon 1, Nowy start w Małopolsce z EURESem, Lubuskie Bony Rozwojowe, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe.

Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.

### Minimalna liczba uczestników

8

### Maksymalna liczba uczestników

20

### Data zakończenia rekrutacji

05-11-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

31

# Cel

## Cel edukacyjny

Uczestnik po zakończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnej pracy w zakresie wykorzystywania osteopatii w zabiegach kosmetycznych.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje zasadność zastosowania technik osteopatycznych obrębu twarzy, samodzielnie określa ich wpływ. Określa przyczyny i problemy funkcjonowania stawów skroniowo-żuchwowych, kości jarzmowej, zatok, powięzi szyjnej i okolic tarczycy	Uczestnik definiuje różnice między zwykłym masażem a zabiegiem osteopatycznym	Test teoretyczny
	Uczestnik ustala zasadność zastosowania technik osteopatycznych w obrębie twarzy	Test teoretyczny
	Uczestnik określa wpływ zastosowanych technik na twarz oraz wpływ innych części ciała na twarz	Test teoretyczny
	Uczestnik definiuje przyczyny oraz problemy funkcjonowania stawów skroniowo-żuchwowych, kości jarzmowej, zatok, powięzi szyjnej i okolic tarczycy	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik samodzielnie stosuje techniki terapeutyczne wykorzystywane w osteopatii estetycznej w obrębie twarzy.	Uczestnik używa technik mięśniowych i powięziowych na twarzy i częściach ciała wpływających na nią	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik stosuje techniki uwalniające i regulujące napięcie w stawie skroniowo żuchwowym, kości jarzmowej, zatokach, powięzi szyjnej i okolic tarczycy	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik stosuje techniki rozluźniające mięśnie twarzy, liftingujące w obrębie szyi i dekoltu, rozluźniające mięśnie żucia wewnątrz ustne	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik stosuje techniki niwelujące napięciowe bóle głowy, poprawiające krążenie i stymulujące porost włosów	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik ustala potrzeby i oczekiwania pacjenta w zakresie technik osteopatycznych	Uczestnik stosuje techniki poprawiające asymetrię twarzy, stosuje techniki stabilizujące tarczycę, pracuje na bliznach potrądzikowych	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik diagnozuje potrzeby pacjenta	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik komunikuje pacjentowi w sposób zrozumiały wskazania do wprowadzenia terapii oraz ewentualne przeciwwskazania i konsekwencje	Analiza dowodów i deklaracji

## 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?

# Program

**Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu: Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka.** Celem łatwiejszego osiągnięcia celu głównego uczestnicy powinni zapoznać się z materiałami dydaktycznymi otrzymanymi na kursie oraz zapoznać się z ogólnodostępną literaturą naukową.

Uczestnik po zakończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnej pracy w zakresie wykorzystywania osteopatii w zabiegach kosmetycznych.

**Forma szkolenia: Trening połączony z wykładem, dyskusja, ćwiczenia, praca na sobie nawzajem lub na modelach. Uczestnicy pracują w parach, każda z par przy jednym stole fizjoterapeutycznym.**

**Czas: 31 godzin dydaktycznych**

## PROGRAM KURSU :

### DZIEŃ I

1. Główne założenia osteopatii. Różnice między osteopatią a innymi zabiegami manualnymi. Jak wykorzystać osteopatię w kosmetyce.
2. Kolejność wykonywania czynności podczas zabiegu w zależności od głównego problemu pacjenta. Nauka skutecznego rozluźniania mięśnia. Anatomia w sposób łatwy i przyjemny, żeby została w głowie

### DZIEŃ II

1. Techniki wykorzystywane w osteopatii do rozluźnienia mięśni karku. Techniki dotleniające i poprawiające ukrwienie w obrębie klatki piersiowej i dekoltu. Techniki poprawiające pracę tarczycy
2. Techniki liftingujące obszar szyi. Techniki mięśniowo – powięziowe mięśni twarzy

### DZIEŃ III

1. Techniki niwelujące napięcie w mięśniach żucia zewnątrzustne. Techniki niwelujące napięciowe bóle głowy, poprawiające ukrwienie i stymulujące porost włosów
2. Techniki poprawiające symetrię twarzy. Techniki spłycające blizny. Podsumowanie i ocena efektów na sobie
3. Walidacja- test teoretyczny, analiza dowodów i deklaracji

Walidacja umiejętności praktycznych odbywa się w trakcie procesu kształcenia. Walidator nie jest obecny podczas procesu kształcenia.

Test teoretyczny: Trener rozdaje testy w formie papierowej uczestnikom, którzy wypełniają go równocześnie. Po ich wypełnieniu, trener zbiera testy, a następnie w całości przekazuje drogą elektroniczną walidatorowi celem poddania ich walidacji. Trener nie ingeruje w jakikolwiek sposób w proces wypełniania testu oraz uzyskanie wyniku przez uczestnika, koncentruje się jedynie na rozdaniu i zebraniu testów. Test składa się z pytań zamkniętych. Próg zaliczenia - min. 70% poprawnych odpowiedzi.

Analiza dowodów i deklaracji: Trener pod koniec procesu kształcenia dokonuje utrwalenia wykonywanych czynności przez uczestników dla części praktycznej, zgodnie z kryteriami weryfikacji. Trener wydaje uczestnikom polecenia do wykonania zgodnie z oczekiwaniami walidatora, które zostały przekazane mu przed procesem kształcenia. Wykonywane czynności są nagrywane w formie krótkich filmików, a następnie przekazywane drogą elektroniczną walidatorowi celem poddania ich walidacji. Trener nie ingeruje w poprawność wykonywanych poleceń przez uczestników, co mogłoby wpływać na wynik, jaki uczestnik uzyska z walidacji (pozytywny lub negatywny). Próg zaliczenia - min. 70% poprawnie wykonanych czynności przez uczestnika, adekwatnie do przyjętych kryteriów weryfikacji.

Trener nie ingeruje w jakikolwiek sposób w realizację walidacji w części praktycznej, czy teoretycznej. Zachowana została rozdzielność funkcji. Po przeprowadzeniu walidacji, walidator przekazuje Organizatorowi oraz trenerowi wyniki z walidacji każdego z uczestników.

Liczba godzin kursu 31 godz. dydaktycznych, co stanowi 23 godz.15 min. zegarowych. W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 2h 30min. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Krótkie przerwy realizowane w czasie trwania kursu dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dydaktyczna (szkoleniowa) = 45 min

Liczba godzin kursu obejmuje zajęcia teoretyczne – 9 godzin dydaktycznych, oraz zajęcia praktyczne – 22 godzin dydaktycznych.

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 11

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 11</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 1, punkt 1, teoria 90 min	mgr Dominika Kęłowska, D.O.	06-11-2026	09:00	13:30	04:30
<b>2 z 11</b> Przerwa	mgr Dominika Kęłowska, D.O.	06-11-2026	13:30	14:30	01:00
<b>3 z 11</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 1, punkt 2, teoria 90 min	mgr Dominika Kęłowska, D.O.	06-11-2026	14:30	18:00	03:30
<b>4 z 11</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 2, punkt 1, teoria 90 min	mgr Dominika Kęłowska, D.O.	07-11-2026	08:30	13:30	05:00
<b>5 z 11</b> Przerwa	mgr Dominika Kęłowska, D.O.	07-11-2026	13:30	14:30	01:00
<b>6 z 11</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 2, punkt 2, teoria 60 min	mgr Dominika Kęłowska, D.O.	07-11-2026	14:30	17:30	03:00
<b>7 z 11</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 3, punkt 1, teoria 45 min	mgr Dominika Kęłowska, D.O.	08-11-2026	08:00	11:30	03:30
<b>8 z 11</b> Przerwa	mgr Dominika Kęłowska, D.O.	08-11-2026	11:30	12:00	00:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>9 z 11</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 3, punkt 2, teoria 30 min	mgr Dominika Kęłowska, D.O.	08-11-2026	12:00	14:45	02:45
<b>10 z 11</b> Punkt 3. Walidacja- przeprowadzenie testu, zebranie dowodów i deklaracji	mgr Dominika Kęłowska, D.O.	08-11-2026	14:45	15:00	00:15
<b>11 z 11</b> 3. Walidacja - weryfikacja testów teoretycznych oraz analiza dowodów i deklaracji	-	08-11-2026	15:00	15:45	00:45

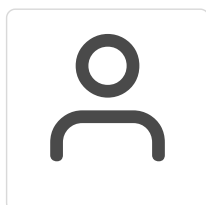
## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 600,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 600,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	116,13 PLN
Koszt osobogodziny netto	116,13 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



**1 z 1**

**mgr Dominika Kęłowska, D.O.**

Dyplomowany Osteopata. Ukończyła studia z wyróżnieniem na jednej z najbardziej cenionych w Europie Szkole Osteopatów w Madrycie (Escuela de Osteopatía en Madrid – Gaja). Członkini

Zarządu Towarzystwa Osteopatów Polskich – najstarszej organizacji w Polsce zrzeszającej Dyplomowanych Osteopatów. Mgr wychowania fizycznego i zdrowotnego oraz mgr fizjoterapii. Od kilku lat z powodzeniem realizuje szkolenia dla lekarzy i fizjoterapeutów z zakresu terapii manualnej w dysfunkcjach stawów skroniowo-żuchwowych oraz ginekologii. Jest właścicielką jednego z pierwszych w Polsce gabinetów osteopatii – własna praktyka w Łodzi. Specjalizuje się w leczeniu i terapii:

- zmian degeneracyjnych kręgosłupa,
- stanów pourazowych i przeciążeniowych,
- chorób ginekologicznych i urologicznych,
- dysfunkcji stawów skroniowo-żuchwowych,
- osób po zawałach, wylewach, wypadkach,
- osób na diecie i osobach starszych,
- dzieci w każdym wieku – z dysfunkcjami układu ruchowego, nerwowego, odpornościowego,
- doradztwo w zakresie diety i zajęć ruchowych.

Uczestniczka i współorganizatorka szeregu kursów i praktyk z zakresu Osteopatii organizowanych przez wiodące na świecie Uniwersytety i Towarzystwa Osteopatyczne. Pracuje jako wykładowca/trener prowadząc specjalistyczne kursy z obszaru opieki zdrowotnej od 2008 roku. Trener zrealizował co najmniej 100h szkoleniowych w ciągu ostatnich 12 m-cy oraz posiada nieprzerwane i ciągłe doświadczenie zawodowe w branży od co najmniej 5 lat, liczone wstecz od daty rozpoczęcia

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Na początku kursu kursanci otrzymują skrypt obejmujący materiał dydaktyczny przygotowany dla danego szkolenia.

### Warunki uczestnictwa

1. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.
2. Przed dokonaniem zapisu na usługę w BUR wymagane jest zgłoszenie poprzez formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie <https://odnova.org.pl/kursy> pod opisem wybranego szkolenia, w celu potwierdzenia dostępności miejsca.
3. Uczestniczki będące w ciąży, bądź podejrzewające, że mogą być w ciąży, winny skonsultować z Organizatorem swój stan, celem ustalenia czy mogą wziąć udział w usłudze.
4. Wymagane jest zapoznanie się i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych ODNOVA.
5. Zapis w BUR na usługę powinien nastąpić najpóźniej na 1 dzień przed rozpoczęciem kursu.
6. Uczestnicy przyjmują do wiadomości i wyrażają zgodę na utrwalanie ich wizerunku podczas prowadzonej walidacji w celu dokonania analizy dowodów i deklaracji przez walidatora. W innych celach niż wskazany wymagana jest odrębna zgoda uczestnika.

## Informacje dodatkowe

### Podstawa zwolnienia z VAT: art. 43 ust. 1 pkt 26 lit. a Ustawa o podatku od towarów i usług

Kurs nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności Organizator nie pokrywa oraz nie dokonuje zwrotu kosztów związanych z dojazdem uczestnika na usługę, jego zakwaterowaniem oraz wyżywieniem.

Organizator zapewnia realizację usługi rozwojowej uwzględniając potrzeby osób ze szczególnymi potrzebami funkcjonalnymi zgodnie ze Standardami dostępności dla polityki spójności 2021-2027. Zatem uczestnik ze szczególnymi potrzebami powinien na co najmniej 7 dni kalendarzowych przed rozpoczęciem kursu zgłosić Organizatorowi dodatkowe wymagania/swoje potrzeby umożliwiające mu udział w usłudze.

Zawarto umowę z: WUP w Toruniu w ramach projektu Kierunek-Rozwój, WUP w Krakowie w ramach projektu "Małopolski pociąg do kariery" oraz "Nowy start w Małopolsce z EURESem, WUP w Szczecinie w ramach projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe.

## Adres

ul. Josepha Conrada 29 A

31-357 Kraków

woj. małopolskie

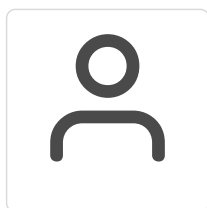
Conrad Comfort Aparthotel & Centrum Konferencyjne

Walidacja - weryfikacja: ul. Grudziądzka 3, Bydgoszcz

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Sala dydaktyczna będzie dostosowana do potrzeb kursu. Będą bezpieczne i higieniczne warunki pracy.

## Kontakt



**Joanna Dobska**

**E-mail** [szkolenia@odnova.org.pl](mailto:szkolenia@odnova.org.pl)

**Telefon** (+48) 694 225 457