



TZCOSMETICS
TOMASZ ZESZOT

★★★★★ 5,0 / 5

9 ocen

Szkolenie podologiczne – SKALPEL, DŁUTO, HIPERKERATOZY. Rekonstrukcja płytki paznokciowej i kompleksowa terapia ONYCHOLIZY.

Numer usługi 2025/11/07/184867/3134356

📍 Stargard / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 18 h

📅 14.03.2026 do 15.03.2026

4 500,00 PLN brutto

4 500,00 PLN netto

250,00 PLN brutto/h

250,00 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

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

4

Data zakończenia rekrutacji

13-03-2026

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 dermokosmetyków	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	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
	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

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

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	14-03-2026	09:00	09:45	00:45
2 z 22 Anatomia skóry, choroby stóp i kwalifikacja do zabiegu skalpelem	TOMASZ ZESZOT	14-03-2026	09:45	10:30	00:45
3 z 22 Dobór keratolityków, wskazania/przeciwwskazania	TOMASZ ZESZOT	14-03-2026	10:30	11:15	00:45
4 z 22 Przerwa	TOMASZ ZESZOT	14-03-2026	11:15	11:30	00:15
5 z 22 Teoria zabiegów: skalpel, dłuto, skin polishing, pododysk	TOMASZ ZESZOT	14-03-2026	11:30	12:15	00:45
6 z 22 Przygotowanie stanowiska pracy zgodnie z zasadami eko	TOMASZ ZESZOT	14-03-2026	12:15	13:00	00:45
7 z 22 Przerwa obiadowa	TOMASZ ZESZOT	14-03-2026	13:00	13:45	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 22 Ćwiczenia: praca skalpelem i dłutem na fantomach	TOMASZ ZESZOT	14-03-2026	13:45	14:30	00:45
9 z 22 Opracowanie pięt, modeli, odcisków na modelkach	TOMASZ ZESZOT	14-03-2026	14:30	15:15	00:45
10 z 22 Przerwa	TOMASZ ZESZOT	14-03-2026	15:15	15:30	00:15
11 z 22 Skin polishing + zastosowanie pododysku	TOMASZ ZESZOT	14-03-2026	15:30	16:15	00:45
12 z 22 Podsumowanie dnia, pytania, utrwalenie wiedzy	TOMASZ ZESZOT	14-03-2026	16:15	17:00	00:45
13 z 22 Podsumowanie dnia 1, cele dnia 2	TOMASZ ZESZOT	15-03-2026	09:00	09:15	00:15
14 z 22 Anatomia paznokcia, onycholiza, kwalifikacja do rekonstrukcji	TOMASZ ZESZOT	15-03-2026	09:15	10:00	00:45
15 z 22 Produkty do rekonstrukcji, techniki aplikacji	TOMASZ ZESZOT	15-03-2026	10:00	10:45	00:45
16 z 22 Przerwa	TOMASZ ZESZOT	15-03-2026	10:45	11:00	00:15
17 z 22 Przygotowanie stanowiska i paznokcia do rekonstrukcji	TOMASZ ZESZOT	15-03-2026	11:00	11:45	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
18 z 22 Rekonstrukcja paznokcia – ćwiczenia na modelkach	TOMASZ ZESZOT	15-03-2026	11:45	12:30	00:45
19 z 22 Przerwa obiadowa	TOMASZ ZESZOT	15-03-2026	12:30	13:15	00:45
20 z 22 Terapia onycholizy – omówienie przypadków i praktyka	TOMASZ ZESZOT	15-03-2026	13:15	14:00	00:45
21 z 22 Utrwalenie rekonstrukcji, zalecenia dla klienta	TOMASZ ZESZOT	15-03-2026	14:00	15:30	01:30
22 z 22 Test teoretyczny (walidacja efektów uczenia się)	-	15-03-2026	15:30	17:00	01:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 500,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	250,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	250,00 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 ortonykcyjnych 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