



"NATURAL FLOW"
MAJA ŁAWICKA

★★★★★ 4,8 / 5

39 ocen

3-Dniowa Klasa na Ciało – szkolenie z regeneracji, dobrostanu, zielonych kompetencji

Numer usługi 2025/11/18/180211/3155056

📍 Sopot / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 28 h

📅 09.01.2026 do 11.01.2026

6 100,00 PLN brutto

6 100,00 PLN netto

217,86 PLN brutto/h

217,86 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

Grupa docelowa usługi

Szkolenie kierowane jest do osób, które ukończyły Klasę Podstaw Access Consciousness® lub klasę zaawansowaną (np. CFP), zainteresowanych pracą z ciałem jako narzędziem regeneracji i transformacji.

W szczególności zapraszamy:

- osoby pracujące w zawodach wysokiego obciążenia emocjonalnego (terapeuci, masażyści, fizjoterapeuci, kosmetolodzy),
- pracowników sektora usług, edukacji i opieki, którzy chcą przeciwdziałać wypaleni i stresowi,
- wszystkich zainteresowanych holistycznym podejściem do dobrostanu,
- osoby planujące pracę z klientami w obszarze profilaktyki zdrowia i well-being.

Minimalna liczba uczestników

3

Maksymalna liczba uczestników

10

Data zakończenia rekrutacji

07-01-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

28

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje do samodzielnego prowadzenia procesów Access Body Process® wspierających regenerację, dobrostan psychofizyczny oraz zrównoważony styl życia, w pracy zawodowej i osobistej

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
uczestnik definiuje czym są procesy Access Body Process®	wskazuje zastosowanie procesów na ciało,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	określa sposób aktywowania energii w procesach,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje przykłady energetycznych blokad i ich wpływ na stres oraz zdrowie.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
uczestnik stosuje procesy Access Body Process® w pracy z ciałem w sposób wspierający redukcję stresu, regenerację i profilaktykę wypalenia zawodowego	wskazuje procesy wspierające redukcję stresu i napięcia,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	określa zastosowanie procesów w regeneracji zasobów psychofizycznych,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje zastosowanie procesów w profilaktyce wypalenia zawodowego,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wybiera techniki relaksacyjne adekwatne do środowiska pracy i życia.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
uczestnik akceptuje świadome i zrównoważone podejście do relacji ciało–umysł przestrzeń jako element zielonych kompetencji zdrowotnych i społecznych	wskazuje rolę świadomego kontaktu z ciałem jako źródła informacji i równowagi,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	określa znaczenie codziennych praktyk regeneracyjnych dla zdrowia i efektywności,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje sposoby wdrażania postaw prozdrowotnych i prospołecznych w środowisku pracy.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
uczestnik definiuje czym są procesy Access Body Process®	wskazuje prawidłową definicję dobrostanu spośród podanych opcji,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	rozdziela elementy wpływające na dobrostan pracownika.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje procesy wspierające redukcję stresu i napięcia,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	określa zastosowanie procesów w regeneracji zasobów psychofizycznych,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje zastosowanie procesów w profilaktyce wypalenia zawodowego,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wybiera techniki relaksacyjne adekwatne do środowiska pracy i życia.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
uczestnik akceptuje świadome i zrównoważone podejście do relacji ciało umysł–przestrzeń jako element zielonych kompetencji zdrowotnych i społecznych	wskazuje rolę świadomego kontaktu z ciałem jako źródła informacji i równowagi,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	określa znaczenie codziennych praktyk regeneracyjnych dla zdrowia i efektywności,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje sposoby wdrażania postaw prozdrowotnych i prospołecznych w środowisku pracy.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

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

1. Szkolenie kierowane jest do osób, które ukończyły Klasę Podstaw Access Consciousness® lub klasę zaawansowaną (np. CFP), zainteresowanych pracą z ciałem jako narzędziem regeneracji i transformacji. W szczególności zapraszamy:

- osoby pracujące w zawodach wysokiego obciążenia emocjonalnego (terapeuci, masażyści, fizjoterapeuci, kosmetolodzy),
- pracowników sektora usług, edukacji i opieki, którzy chcą przeciwdziałać wypaleni i stresowi,
- wszystkich zainteresowanych holistycznym podejściem do dobrostanu,
- osoby planujące pracę z klientami w obszarze profilaktyki zdrowia i well-being.

2. Warunki realizacji szkolenia: szkolenie realizowane stacjonarnie, sala szkoleniowa wyposażona w sprzęty niezbędne do realizacji zajęć: łóżka do masażu.

3. Udział w szkoleniu wymaga wcześniejszego ukończenia w ciągu ostatnich 12 miesięcy Klasy Podstaw Access Consciousness® lub ukończenia jej kiedykolwiek lub ukończenia zaawansowanej klasy z Gary Douglas lub Dr Dain Heer trwającej trzy lub więcej dni w ciągu ostatnich 12 miesięcy lub ukończenia Klasy Wybór dla Możliwości (CFP)

4. Godzina zajęć jest równoznaczna z godziną dydaktyczną tj. 45 min. W trakcie szkolenia przewidziano 30 minut przerwy po każdych 4 godzinach zegarowych zajęć. Przerwa nie jest wliczona w czas trwania zajęć. W przypadku wystąpienia dodatkowych przerw czas trwania szkolenia zostanie wydłużony o czas dodatkowych przerw. W przypadku konieczności zrobienia wcześniejszej przerwy czas przerwy głównej zostanie skrócony o czas trwania wcześniejszej przerwy.

5. Walidacja wiedzy i umiejętności uczestników: test teoretyczny zamknięty on-line - pytania jednokrotnego wyboru z automatycznym generowaniem i udostępnianiem wyników.

Ramowy program usługi:

Dzień 1 – 09.01.2026

- Wprowadzenie do szkolenia
- Praktyka i doświadczanie procesów Access Body Process®

Dzień 2 – 10.01.2026

- Wprowadzenie – dzień 2
- Procesy na ciało wspierające redukcję stresu i regenerację
- Praktyka procesów w profilaktyce wypalenia zawodowego

Dzień 3 – 11.01.2026

- Wprowadzenie – dzień 3
- Praca z ciałem w relacji ciało–umysł–przestrzeń
- Procesy na ciało wspierające well-being i regenerację
- Podsumowanie
- Test walidacyjny on-line i udostępnienie wyników

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 12

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 12 Rozpoczęcie szkolenia, wprowadzenie	Maja Ławicka	09-01-2026	09:30	10:15	00:45
2 z 12 Access Body Process® – podstawowe procesy i aktywacja energii:	Maja Ławicka	09-01-2026	10:15	12:30	02:15
3 z 12 Świadomy kontakt z ciałem – teoria i praktyka	Maja Ławicka	09-01-2026	13:00	14:30	01:30
4 z 12 Procesy regeneracyjne na ciało – praktyka w parach	Maja Ławicka	09-01-2026	14:30	16:45	02:15
5 z 12 Procesy na ciało wspierające redukcję stresu	Maja Ławicka	10-01-2026	09:30	11:45	02:15
6 z 12 Energetyczne blokady i ich wpływ na zdrowie	Maja Ławicka	10-01-2026	11:45	13:15	01:30
7 z 12 Praca z ciałem w profilaktyce wypalenia zawodowego – praktyka	Maja Ławicka	10-01-2026	13:45	16:45	03:00
8 z 12 Zrównoważone podejście do relacji ciało–umysł–przestrzeń:	Maja Ławicka	11-01-2026	09:30	11:45	02:15
9 z 12 Świadome techniki relaksacyjne – praktyka	Maja Ławicka	11-01-2026	11:45	14:00	02:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 12 Procesy na ciało wspierające well-being i regenerację	Maja Ławicka	11-01-2026	14:30	16:00	01:30
11 z 12 Podsumowanie, pytania i odpowiedzi	Maja Ławicka	11-01-2026	16:00	17:15	01:15
12 z 12 Test walidacyjny on-line i udostępnienie wyników	-	11-01-2026	17:15	17:30	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 100,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	6 100,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	217,86 PLN
Koszt osobogodziny netto	217,86 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Maja Ławicka

Międzynarodowy Certyfikowany Facylitator Access Consciousness®, Body CF (jako jedyna w Polsce zdobyła certyfikację Facylitatora Ciała, ma uprawnienia do prowadzenia 3 Dniowej Klasy na Ciało na całym świecie), Terapeutka Czaszkowo-Krzyżowa, praktyk i szkoleniowiec. Świadomość ciała pociągnęła ją do zmiany życia w wieku 46 lat. Od ponad 5 lat inspiruje ludzi do zmiany jakości życia m.in. ucząc procesów manualnych na ciało. Ukończyła m.in. takie szkolenia jak:

- Dwuletnia Szkoła Shiatsu,
- Kurs Terapii Czaszkowo-Krzyżowej

- i wielokrotne asystowanie na kursach,
- Masaż Kobido,
- Access Bars® Facylitator BF,
- Access Energetic Facelift® Facylitator AFF,
- Access Body Process® Facylitator BPF
- Certyfikowany Facylitator Access Consciousness® CF (jedna z pięciu w Polsce),
- Certyfikowany Body CF (jedyna w Polsce).

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- podręcznik z aktualnym zestawem procesów na ciało Access Consciousness®,
- nagrania audio z facylitacji werbalnych (mp3),
- zestaw pytań i wskazówek do praktyki własnej.

Warunki uczestnictwa

Udział w szkoleniu wymaga wcześniejszego ukończenia w ciągu ostatnich 12 miesięcy Klasy Podstaw Access Consciousness® lub ukończenia jej kiedykolwiek lub ukończenia zaawansowanej klasy z Gary Douglas lub Dr Dain Heer trwającej trzy lub więcej dni w ciągu ostatnich 12 miesięcy lub ukończenia Klasy Wybór dla Możliwości (CFP)

💡 **Cena szkolenia jest wyższa od standardowych usług dostępnych w BUR ze względu na jego międzynarodowy charakter, wymogi licencyjne oraz unikalną wartość praktyczną. Jest to kurs standaryzowany i nadzorowany globalnie przez organizację Access Consciousness®, a jego cena odzwierciedla jakość, wartość merytoryczną oraz zakres uzyskiwanych uprawnień zawodowych.**

Informacje dodatkowe

Szkolenie rozwija **zielone kompetencje zdrowotne i społeczne**, wspierając profilaktykę zdrowia psychofizycznego, regenerację i przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu. Uczestnicy uczą się świadomej pracy z ciałem jako narzędziem równowagi i zrównoważonego rozwoju w środowisku pracy i życia.

Dodatkowym efektem szkolenia jest **wzrost efektywności i dobrostanu pracowników** poprzez redukcję stresu, regenerację oraz świadome techniki relaksacyjne. Umiejętności zdobyte w trakcie zajęć mogą być stosowane zarówno w pracy zawodowej (terapeuci, masażyści, fizjoterapeuci, kosmetyczki, osoby pracujące w sektorach wysokiego obciążenia emocjonalnego), jak i w codziennym życiu.

Szkolenie kończy się uzyskaniem **międzynarodowego certyfikatu Access Consciousness®** oraz zaświadczenia ukończenia kursu.

Metoda walidacji: test teoretyczny online (pytania jednokrotnego wyboru, samosprawdzanie).

Usługa szkoleniowa może być **zwolniona z VAT**, w zależności od warunków operatora i dofinansowania.

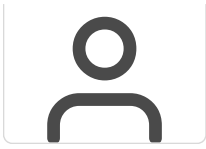
Adres

al. Franciszka Mamuszki 14
81-718 Sopot
woj. pomorskie

Kontakt



Joanna Kłeczek



E-mail joanna.anna16@gmail.com

Telefon (+48) 535 944 606