



Kurs masażu limfatycznego twarzy, szyi i dekoltu

Numer usługi 2025/12/19/181837/3223735

2 200,00 PLN brutto
2 200,00 PLN netto
220,00 PLN brutto/h
220,00 PLN netto/h

Penelope Akademia
Wizerunku Mirosław
Rzeszut

★★★★★ 5,0 / 5

3 oceny

📍 Szczecin

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 10:00 h

📅 04.08.2026 do 05.08.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

1. Profesjonaliści z Branży Beauty - Kosmetolodzy, estetycy i masażyści chcący poszerzyć swoje umiejętności.
2. Osoby Pracujące w Spa i Wellness - Pracownicy ośrodków spa i centrów odnowy biologicznej.
3. Fizjoterapeuci i Terapeuci Manualni - Specjaliści zainteresowani integracją masażu limfatycznego z innymi terapiami
4. Studenci Kosmetologii i Terapii Ciałem - Osoby kształcące się w kierunku usług beauty i wellness.
5. Osoby Prywatne Zainteresowane Samoopieką - Indywidualni klienci chcący nauczyć się technik masażu dla własnego użytku.
6. Instruktorzy Szkoleniowi - Osoby prowadzące własne kursy i szkolenia w branży kosmetycznej i wellness.
7. Przedsiębiorcy z Branży Beauty
8. **Usługa rozwojowa adresowana również dla Uczestników projektu "Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe"**

Terminy kursów ustalamy indywidualnie

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

4

Data zakończenia rekrutacji

28-07-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

10

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 kursu jest nauczenie uczestników teoretycznych i praktycznych umiejętności masażu limfatycznego twarzy, szyi i dekoltu. Uczestnicy dowiedzą się, jak poprawnie wykonywać masaż, aby wspomagać krążenie limfy i poprawiać kondycję skóry. Kurs zwiększa pewność siebie w stosowaniu technik drenażu i rozwija umiejętność dostosowywania ich do indywidualnych potrzeb klientów, co podnosi jakość usług i zadowolenie klientów.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Zrozumienie Teorii Masażu Limfatycznego</p> <p>Uczestnicy będą znali podstawy teoretyczne dotyczące masażu limfatycznego, w tym: Znaczenie układu limfatycznego w organizmie. Wskazania i przeciwwskazania do zastosowania masażu limfatycznego.</p>	<p>Uczestnicy będą musieli wykazać się znajomością: Znaczenia układu limfatycznego w organizmie. Wskazań i przeciwwskazań do zastosowania masażu limfatycznego. Metody weryfikacji: Test teoretyczny</p>	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
<p>Umiejętność Wykonywania Masażu</p> <p>Uczestnicy nauczą się technik masażu limfatycznego, które obejmują: Masaż twarzy, szyi i dekoltu. Praktyczne zastosowanie technik odprowadzania limfy.</p>	<p>Uczestnicy będą musieli opanować techniki masażu limfatycznego, które obejmują: Masaż twarzy, szyi i dekoltu. Praktyczne zastosowanie technik odprowadzania limfy.</p> <p>Metody weryfikacji: Obserwacja praktyczna podczas ćwiczeń oraz ocena wykonania masażu przez instruktora.</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>Indywidualizacja Technik</p> <p>Uczestnicy zdobędą zdolność do dostosowywania technik masażu do indywidualnych potrzeb klientów, co obejmuje: Ocena stanu zdrowia klienta. Dostosowanie intensywności i sekwencji masażu.</p>	<p>Uczestnicy będą musieli umieć dostosować techniki masażu do indywidualnych potrzeb klientów, co obejmuje: Ocena stanu zdrowia klienta. Dostosowanie intensywności i sekwencji masażu.</p> <p>Metody weryfikacji: Przeprowadzenie symulowanego wywiadu zdrowotnego i dostosowanie technik masażu w praktyce.</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Poprawa Jakości Usług</p> <p>Kurs przyczyni się do podniesienia jakości świadczonych usług poprzez: Wykorzystanie skutecznych technik masażu. Zrozumienie, jak masaż limfatyczny wpływa na samopoczucie klientów.</p>	<p>Uczestnicy będą musieli wykazać się zdolnością do podniesienia jakości świadczonych usług poprzez: Wykorzystanie skutecznych technik masażu. Zrozumienie wpływu masażu limfatycznego na samopoczucie klientów.</p> <p>Metody weryfikacji: Analiza przypadków i ocena satysfakcji klientów po wykonaniu zabiegu.</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>Zwiększenie Pewności Siebie</p> <p>Uczestnicy zyskają większą pewność w stosowaniu technik drenażu limfatycznego w praktyce zawodowej, co obejmuje: Praktyczne doświadczenie w pracy z klientami. Wzrost kompetencji zawodowych i umiejętności interpersonalnych.</p>	<p>Uczestnicy będą musieli wykazać się większą pewnością w stosowaniu technik drenażu limfatycznego, co obejmuje: Praktyczne doświadczenie w pracy z klientami. Wzrost kompetencji zawodowych i umiejętności interpersonalnych. Metody weryfikacji: Ocena postawy uczestników podczas praktyki oraz feedback od instruktora.</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>

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. Wprowadzenie do masażu limfatycznego twarzy

- Rola układu limfatycznego w organizmie
- Wskazania i przeciwwskazania do masażu
- Różnice między masażem klasycznym a limfatycznym

2. Anatomia w praktyce

- Układ limfatyczny twarzy, szyi i dekoltu
- Węzły chłonne i kierunki drenażu
- Znaczenie pracy z szyją i obojczykami

3. Przygotowanie do masażu

- Przygotowanie stanowiska pracy
- Przygotowanie skóry i klienta
- Postawa i ergonomia terapeuty

4. Techniki masażu limfatycznego

- Podstawowe chwytów drenażowe
- Rytm, tempo i nacisk w masażu limfatycznym
- Praca powierzchniowa i sekwencyjna

5. Masaż limfatyczny twarzy

- Praca z okolicą oczu
- Policzki, czoło, linia żuchwy
- Redukcja obrzęków i napięć

6. Masaż limfatyczny szyi i dekoltu

- Otwieranie dróg odpływu limfy
- Połączenie pracy twarzy z szyją i dekoltem
- Integracja ruchów w spójną sekwencję

7. Pełna sekwencja masażu

- Masaż krok po kroku
- Płynność i organizacja sesji
- Dostosowanie masażu do potrzeb klienta

8. Bezpieczeństwo i zalecenia pozabiegowe

- Reakcje organizmu po masażu
- Częstotliwość zabiegów
- Przeciwwskazania względne i bezwzględne

9. Zastosowanie masażu w praktyce zawodowej

- Masaż jako samodzielny zabieg
- Łączenie z innymi technikami manualnymi
- Podstawy pracy z klientem

10. Walidacja

- Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
- Obserwacja w warunkach symulowanych

1 godzina zajęć = 45 min (godzina dydaktyczna). Harmonogram nie obejmuje przerw.

Przerwy nie są wliczone w czas usługi rozwojowej. Przerwy są na życzenie kursanta.

Szkolenie będzie prowadzone w formie zajęć teoretycznych i zajęć praktycznych.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 10

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 10 Wprowadzenie do Masażu Limfatycznego Rola układu limfatycznego w organizmie. Wskazania i przeciwwskazania do masażu. Różnice między masażem klasycznym a limfatycznym.	ANITA KOBIERSKA	04-08-2026	10:00	10:45	00:45
2 z 10 Anatomia Układu Limfatycznego Twarzy (1,5 godziny) Naczynia i węzły chłonne. Kierunki odpływu limfy. Znaczenie pracy z szyją i obojczykami.	ANITA KOBIERSKA	04-08-2026	10:45	11:30	00:45
3 z 10 Przygotowanie do Masażu Przygotowanie stanowiska i klienta. Dobór kosmetyków i poślizgu. Postawa i ergonomia pracy terapeuty.	ANITA KOBIERSKA	04-08-2026	11:30	12:15	00:45
4 z 10 Techniki Manualnego Drenażu Limfatycznego Podstawowe chwyt drenażowe. Rytm, tempo i siła nacisku. Praca powierzchniowa i sekwencyjna.	ANITA KOBIERSKA	04-08-2026	12:15	13:30	01:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>5 z 10 Masaż Limfatyczny Szyi i Dekoltu Otwieranie dróg odpływu limfy. Połączenie pracy twarzy z szyją i dekoltem. Praca z napięciami w obrębie karku.</p>	ANITA KOBIERSKA	05-08-2026	10:00	10:45	00:45
<p>6 z 10 Pełna Sekwencja Masażu Kompletny masaż twarzy, szyi i dekoltu. Płynność ruchów i organizacja sesji. Dostosowanie masażu do indywidualnych potrzeb.</p>	ANITA KOBIERSKA	05-08-2026	10:45	11:30	00:45
<p>7 z 10 Praca z Problemami Klienta Obrzęki, zastój limfy, uczucie ciężkości. Praca z cerą wrażliwą i naczyniową. Częstotliwość zabiegów i plan terapii.</p>	ANITA KOBIERSKA	05-08-2026	11:30	12:00	00:30
<p>8 z 10 Zastosowanie Masażu w Praktyce Zawodowej Masaż jako samodzielny zabieg. Łączenie z innymi technikami manualnymi. Budowanie oferty i pracy z klientem.</p>	ANITA KOBIERSKA	05-08-2026	12:00	12:30	00:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
9 z 10 Podsumowanie i Certyfikacja Omówienie praktyki i doświadczeń. Wskazówki do dalszej pracy. Wręczenie certyfikatów ukończenia kursu.	ANITA KOBIERSKA	05-08-2026	12:30	13:30	01:00
10 z 10 Walidacja - Uczestnicy przystąpią do testu teoretycznego, którego wyniki będą generowane automatycznie.	-	05-08-2026	13:30	14:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 200,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 200,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	220,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	220,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

ANITA KOBIERSKA

Wieloletnie Doświadczenie i Ekspertyza
 Instruktorka Qigong i Tańca Intuicyjnego

Pomagam ludziom odnajdywać harmonię poprzez pracę z ciałem i umysłem.
Certyfikowany Instruktor i Specjalistka
Posiadam doświadczenie w prowadzeniu kursów z masażu orientalnych, takich jak Shiatsu i masaż dźwiękiem mis tybetańskich.
Tworzenie Autorskich Kursów
Opracowuję certyfikowane kursy zawodowe, które są dostosowane do potrzeb rynku i uczestników.
Prelegentka na Wydarzeniach
Regularnie występuję na konferencjach dotyczących terapii holistycznych i rozwoju osobistego.
Unikalne Warsztaty i Szkolenia
Prowadzę warsztaty z terapii dźwiękiem, technik oddechowych i Feng Shui.
Ekspertka w Technikach Relaksacyjnych
Specjalizuję się w technikach, które wspierają równowagę emocjonalną i spokój.
Twórczyni Artystycznych Warsztatów
Łączę sztukę i terapię, oferując wyjątkowe doświadczenia rozwojowe.
Ciągłe Doskonalenie
Regularnie uczestniczę w szkoleniach, aby być na bieżąco z nowościami w terapii holistycznej.
Zajęcia dla Wszystkich Grup Wiekowych
Prowadzę dostosowane warsztaty dla dzieci, młodzieży i dorosłych.
Doceniana przez Klientów
Moja praca jest wysoko oceniana; klienci często wracają i polecają mnie innym.
Bezpieczna i Wspierająca Przestrzeń
Tworzę atmosferę, w której każdy uczestnik może rozwijać się w komfortowych warunkach.
Publikacje i Edukacja
Dzielę się swoją wiedzą poprzez artykuły i posty, promując holistyczne podejście do zdrowia.
Prowadzenie Grup i Praca z Ciałem

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

1. Zasoby i Narzędzia

- Zapewniamy wszystkie niezbędne produkty oraz narzędzia do pracy, aby uczestnicy mogli skupić się na nauce.

2. Materiały Szkoleniowe

- Otrzymaśz prospekt wiedzy na własność, który będzie pomocny w dalszym kształceniu.

3. Modelki do Praktyki

- W miarę możliwości zapewniamy modelki do ćwiczeń, ale uczestnicy mogą również zaangażować rodzinę lub znajomych.

4. Certyfikaty

- Po zakończeniu kursu każdy uczestnik otrzymuje:
 - Certyfikat w języku polskim i angielskim.
 - Zaświadczenie ukończenia kursu.
 - Unijne zaświadczenie o ukończeniu kursu, uznawane w całej Europie.

5. Wsparcie Po Szkoleniu

- Po zakończeniu szkolenia oferujemy porady oraz konsultacje, aby wspierać dalszy rozwój umiejętności.
- Dzięki tym elementom kurs staje się kompleksowym doświadczeniem, które nie tylko dostarcza wiedzy, ale także wspiera uczestników w ich dalszej karierze zawodowej. Jeśli masz dodatkowe pytania lub potrzebujesz więcej informacji, daj znać! ?

Informacje dodatkowe

Zawarto umowę z WUP w Szczecinie w ramach Projektu "Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe"

W harmonogramie kursu nie uwzględnia się przerwy. Na życzenie kursanta będą robione krótkie przerwy. Należy pamiętać, że te przerwy nie są wliczane do czasu usługi.

Uczestnicy szkolenia mają możliwość skorzystania z przerwy na indywidualne zgłoszenia.

Terminy kursów ustalamy indywidualnie

Adres

ul. Pocztowa 10/2/U

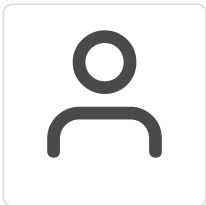
Szczecin

woj. zachodniopomorskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Grażyna Kobierska

E-mail info@penelope.edu.pl

Telefon (+48) 505 089 671