



Techniki manualne w estetyce twarzy - szkolenie

Numer usługi 2026/01/21/33060/3272662

6 500,00 PLN brutto

6 500,00 PLN netto

162,50 PLN brutto/h

162,50 PLN netto/h

Dialexi spółka z
ograniczoną
odpowiedzialnością

★★★★★ 4,9 / 5

5 348 ocen

📍 Sopot / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 40 h

📅 13.03.2026 do 16.03.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia
Grupa docelowa usługi	Usługa przeznaczona dla fizjoterapeutów, kosmetyczek, masażyistów, instruktorów odnowy biologicznej, pracowników salonów kosmetycznych i SPA oraz wszystkich osób zainteresowanych tematem modelowania i odmładzania twarzy i wprowadzeniem nowej usługi do gabinetu/salonu.
Minimalna liczba uczestników	6
Maksymalna liczba uczestników	10
Data zakończenia rekrutacji	05-03-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	40
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

Usługa "Techniki manualne w estetyce twarzy - szkolenie" przygotowuje uczestnika do holistycznego modelowania i odmładzania twarzy technikami manualnymi w obszarze szyjno-czaszkowo-twarzowo-żuchwowym.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje, analizuje i wyjaśnia wpływ mięśni, powięzi i kości na wygląd twarzy	Charakteryzuje powięziowe zależności w ciele człowieka oraz wyjaśnia ich wpływ na wygląd, napięcie i funkcjonowanie twarzy	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Analizuje czynniki wpływające na młody wygląd skóry	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Definiuje rolę mitochondriów komórkowych w prawidłowym funkcjonowaniu organizmu oraz wyjaśnia ich znaczenie dla jakości i wyglądu skóry	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Analizuje wpływ krzywizn kręgosłupa na postawę ciała i symetrię twarzy	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Wyjaśnia funkcję nerwu błędnego w ujęciu teorii poliwalnej oraz interpretuje jego znaczenie dla regulacji napięcia i stresu	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Charakteryzuje terapię manualną twarzy oraz rozróżnia wskazania i przeciwwskazania do jej stosowania w kontekście zabiegów medycyny estetycznej	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Opisuje anatomię i biomechanikę stawu skroniowo-żuchwowego (SSŻ)	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Identyfikuje kości czaszki i twarzoczaszki oraz wyjaśnia ich znaczenie jako rusztowania dla układu mięśniowo-powięziowego	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Analizuje przyczyny występowania efektów dźwiękowych w stawie skroniowo-żuchwowym (trzaski, przeskakowania) oraz interpretuje ich znaczenie kliniczne	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje techniki manualne osiągając efekt modelowania i liftingu twarzy	Stosuje empatyczny, świadomy dotyk medyczny z uwzględnieniem komfortu i bezpieczeństwa pacjenta	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Wykonuje mobilizacje struktur wspierających układ limfatyczny (stawy biodrowe, przepona, klatka piersiowa, mostek) w celu poprawy drenażu i regulacji napięć	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Mobilizuje blizny w linii środkowej ciała (po CC, kolczyku pępka, operacjach chirurgicznych), uwzględniając ich wpływ na napięcia globalne	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Ocenia plastyczność mostka oraz mobilizuje stawy żebrowo-mostkowe w celu zmniejszenia obrzęku twarzy, poprawy postawy i normalizacji napięcia mięśni twarzy oraz funkcji języka	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Ocenia ułożenie obojczyków i stosuje techniki ich normalizacji	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Wykonuje mobilizację mięśni i powięzi (platyzma, mięśnie piersiowe, mięsień kruczo-ramienny, powięź powierzchowna twarzy) w celu przywrócenia ich elastyczności	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Stosuje techniki terapii manualnej w obrębie twarzoczaszki, w tym mobilizacje mięśni twarzy, struktur dna jamy ustnej, języka, kości gnykowej i struktur podpotylicznych	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Wykonuje mobilizację przejścia szyjno-piersiowego w celu redukcji nadmiernego napięcia i zmniejszenia tzw. „wdowiego garbu”	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Ocenia ułożenie i ruchomość kości twarzoczaszki oraz wykonuje ich mobilizację w celu poprawy symetrii twarzy, drożności dróg oddechowych i funkcji języka	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Ocenia ruchomość stawów skroniowo-żuchwowych oraz identyfikuje możliwe dysfunkcje	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
	Wykonuje mobilizację struktur nosa (kości, chrząstki, przegrody) w celu poprawy drożności oddechu i elastyczności tkanek po zabiegach chirurgicznych	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

Usługa jest realizowana w godzinach dydaktycznych (1 godzina = 45 minut).

Czas trwania: 40 godzin dydaktycznych, w tym 9 godzin teoretycznych i 31 godzin praktycznych (w tym przerwy i walidacja).

Harmonogram usługi może ulegać nieznacznemu przesunięciu czasowemu ze względu na czas wykonywanych zabiegów i umiejętności uczestników. Podczas usługi przewidziane są przerwy ujęte w harmonogramie, które wliczają się w czas usługi.

Usługa przeznaczona dla fizjoterapeutów, kosmetyczek, masażyistów, instruktorów odnowy biologicznej, pracowników salonów kosmetycznych i SPA oraz wszystkich osób zainteresowanych tematem modelowania i odmładzania twarzy i wprowadzeniem nowej usługi do gabinetu/salonu.

Usługa składa się z części teoretycznej i praktycznej. Część teoretyczna będzie realizowana w formie wykładu i prezentacji multimedialnej, a część praktyczna będzie opierała się o ćwiczenia w parach. Podczas części praktycznej uczestnicy mają do dyspozycji leżankę/łóżko do pracy. Na jedną parę uczestników przypada 1 leżanka/stół do masażu.

Uczestnik potwierdza swoją obecność poprzez podpisanie listy obecności w formie papierowej. Warunkiem zaliczenia jest 80%-100% obecności (w zależności od wymogów operatora). Osoba walidująca będzie obecna na sali, obserwując pracę uczestników nie ingerując w proces edukacyjny. Walidacja indywidualna Uczestników odbędzie się w dniu 16.03.2026 od godz. 16.30, a harmonogram godzinowy dla poszczególnych uczestników usługi dostępny będzie u osoby nadzorującej usługę po stronie Dostawcy Usług.

Instruktor weryfikuje na bieżąco postępy uczestnika, odnotowując je na protokole zaliczenia, a po zakończonym szkoleniu uczestnik wypełnia ankietę wewnętrzną Dostawcy Usługi.

PROGRAM

Część teoretyczna:

1. Powięziowe zależności w ciele i ich wpływ na naszą twarz
2. Czynniki wpływające na młody wygląd i dobre samopoczucie
3. Mitochondria komórkowe – ich rola w prawidłowym funkcjonowaniu organizmu w tym jakości i wyglądzie naszej skóry.
4. Zmiany fizjologicznej krzywizny kręgosłupa i jej wpływ na symetrię twarzy.
5. Nerw błędny w ujęciu teorii poliwalnej
6. Terapia manualna twarzy – wskazania i przeciwwskazania w kontekście zabiegów medycyny estetycznej
7. Anatomia i biomechanika stawu skroniowo-żuchwowego (SSŻ)
8. Kości czaszki i twarzoczaszki – szczegółowe omówienie naszego rusztowania dla systemu mięśniowo -powięziowego.
9. Analiza przyczyn efektów dźwiękowych w SSŻ (trzaski, przeskakivania)

Część praktyczna:

1. Radiologiczna ocena krzywizny kręgosłupa (projekcja boczna i A-P celowana na ząb obrotnika)
2. Nauka empatycznego, medycznego dotyku
3. Mobilizacje struktur wspierających układ limfatyczny:

- stawów biodrowych
- przepony
- klatki piersiowej
- mostka

4. Mobilizacja blizn w linii środkowej ciała

- po cesarskim cięciu
- po kolczyku w pępku
- po operacji tarczycy
- po usunięciu wyrostka robaczkowego
- po laparoskopii

5. Ocena plastyczności mostka i mobilizacja stawów żebrowo-mostkowych

- zmniejszenie obrzęku twarzy
- prawidłowe ustawienie głowy nad tułowiem
- normalizacja napięcia mięśni twarzy
- pozycja spoczynkowa języka i jego funkcje

6. Ocena ułożenia i normalizacja obojczyków

7. Mobilizacja mięśni i powięzi:

- platyzmy
- mięśnia piersiowego większego i mniejszego
- mięśnia kruczo-ramiennego
- powięzi powierzchownej twarzy

8. Terapia manualna w obrębie twarzoczaszki:

- mobilizacja uszu
- mobilizacja czołka ścięgien głowy
- mobilizacja mięśnia żwacza, policzkowego, zwieracza gardła i bródkowego
- likwidacja zgrubień tkankowych („guzów na czole”)
- mobilizacja mięśni dna jamy ustnej
- masaż języka
- mobilizacja kości gnykowej
- mobilizacja mięśni podpotylicznych

9. Mobilizacja przejścia szyjno-piersiowego w celu zmniejszenia tzw. „wdowiego garbu”

10. Ocena ułożenia i mobilizacja kości twarzoczaszki:

- szczękowych – przywrócenie sprężystości, rozszerzenie dróg oddechowych, powiększenie przestrzeni dla języka
- jarzmowych – korekta dla poprawy symetrii twarzy
- skroniowych – ocena i mobilizacja

11. Ocena ruchomości stawów skroniowo-żuchwowych

12.Mobilizacja nosa:

- kości nosowej
- chrząstki nosa
- przegrody nosowej (poprawa drożności oddechu)
- przywrócenie sprężystości tkankowej po zabiegach chirurgicznych(plastyka nosa)

Walidacja

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 26

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 26 Część teoretyczna: Powięziowe zależności w ciele i ich wpływ na naszą twarz, Czynniki wpływające na młody wygląd i dobre samopoczucie	Jolanta Wikaryjczyk	13-03-2026	09:30	11:00	01:30
2 z 26 Część teoretyczna: Mitochondria komórkowe – ich rola w prawidłowym funkcjonowaniu organizmu w tym jakości i wyglądzie naszej skóry	Jolanta Wikaryjczyk	13-03-2026	11:00	11:45	00:45
3 z 26 Część teoretyczna: Zmiany fizjologicznej krzywizny kręgosłupa i jej wpływ na symetrię twarzy	Jolanta Wikaryjczyk	13-03-2026	11:45	12:30	00:45
4 z 26 przerwa	Jolanta Wikaryjczyk	13-03-2026	12:30	12:45	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 26 Część praktyczna: Radiologiczna ocena krzyżowiny kręgosłupa (projekcja boczna i A-P celowana na ząb obrotnika)	Jolanta Wikaryjczyk	13-03-2026	12:45	14:15	01:30
6 z 26 Część praktyczna: Nauka empatycznego, medycznego dotyku	Jolanta Wikaryjczyk	13-03-2026	14:15	17:15	03:00
7 z 26 Część praktyczna: Mobilizacje struktur wspierających układ limfatyczny: stawów biodrowych, przepony, klatki piersiowej, mostka	Jolanta Wikaryjczyk	14-03-2026	09:30	11:45	02:15
8 z 26 przerwa	Jolanta Wikaryjczyk	14-03-2026	11:45	12:00	00:15
9 z 26 Część praktyczna: Ocena plastyczności mostka i mobilizacja stawów żebrowo-mostkowych	Jolanta Wikaryjczyk	14-03-2026	12:00	13:30	01:30
10 z 26 Część praktyczna: Ocena ułożenia i normalizacja obojczyków	Jolanta Wikaryjczyk	14-03-2026	13:30	14:15	00:45
11 z 26 przerwa	Jolanta Wikaryjczyk	14-03-2026	14:15	14:30	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 26 Część praktyczna: Mobilizacja mięśni i powięzi	Jolanta Wikaryjczyk	14-03-2026	14:30	16:45	02:15
13 z 26 Część teoretyczna: Nerw błędny w ujęciu teorii poliwalnej	Jolanta Wikaryjczyk	15-03-2026	09:30	10:15	00:45
14 z 26 Część teoretyczna: Terapia manualna twarzy – wskazania i przeciwwskazania w kontekście zabiegów medycyny estetycznej	Jolanta Wikaryjczyk	15-03-2026	10:15	11:00	00:45
15 z 26 Część teoretyczna: Kości czaszki i twarzoczaszki – szczegółowe omówienie-nasze rusztowanie dla systemu mięśniowo - powięziowego	Jolanta Wikaryjczyk	15-03-2026	11:00	11:45	00:45
16 z 26 przerwa	Jolanta Wikaryjczyk	15-03-2026	11:45	12:00	00:15
17 z 26 Część praktyczna: Terapia manualna w obrębie twarzoczaszki	Jolanta Wikaryjczyk	15-03-2026	12:00	13:30	01:30
18 z 26 przerwa	Jolanta Wikaryjczyk	15-03-2026	13:30	13:45	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
19 z 26 Część praktyczna: Mobilizacja przejścia szyjno-piersiowego w celu zmniejszenia tzw. „wdowiego garbu”	Jolanta Wikaryjczyk	15-03-2026	13:45	15:15	01:30
20 z 26 Część praktyczna: Ocena ułożenia i mobilizacja kości twarzoczaszki	Jolanta Wikaryjczyk	15-03-2026	15:15	17:15	02:00
21 z 26 Część teoretyczna: Anatomia i biomechanika stawu skroniowo-żuchwowego (SSŻ)	Jolanta Wikaryjczyk	16-03-2026	09:30	10:15	00:45
22 z 26 Część teoretyczna: Analiza przyczyn efektów dźwiękowych w SSŻ (trzaski, przeskakiwania)	Jolanta Wikaryjczyk	16-03-2026	10:15	11:00	00:45
23 z 26 przerwa	Jolanta Wikaryjczyk	16-03-2026	11:00	11:15	00:15
24 z 26 Część praktyczna: Ocena ruchomości stawów skroniowo-żuchwowych	Jolanta Wikaryjczyk	16-03-2026	11:15	12:45	01:30
25 z 26 Część praktyczna: Mobilizacja nosa	Jolanta Wikaryjczyk	16-03-2026	12:45	16:30	03:45
26 z 26 walidacja	-	16-03-2026	16:30	16:45	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 500,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	6 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	162,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	162,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Jolanta Wikaryjczyk

Fizjoterapeutka specjalizująca się w kompleksowej terapii dysfunkcji obszaru szyjno-czaszkowo-twarzowego. Specjalista leczenia dysfunkcji stawów skroniowo - żuchwowych oraz całego obszaru narządu żucia, mgr rehabilitacji ruchowej (Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu), terapeuta manualny metody dr Rakowskiego - II° kompetencji. Założycielka Edenmedic. Specjalizuje się zarówno w dysfunkcjach samego stawu, jak i problemach ortognatycznych, okluzyjnych i neurologicznych. Członek Polskiego Towarzystwa Terapii Manualnej w modelu holistycznym. Uczestnik konferencji i spotkań naukowych, seminariów naukowych dla stomatologów, ortodontów oraz kursów i szkoleń prowadzonych przez specjalistów z Polski, Włoch, Austrii, Niemiec i Anglii. (m.in. : „Osteopathic Techniques for Psysiotherapists”, "Cranial Facial Therapy Academy", „Dysfunkcje szyjno – czaszkowo – żuchwowe” ~ prof. Mariano Rocabado”.) W ostatnich latach ukończyła kursy: stomatologiczne I°, II° i III° CMD, "Manualna Analiza Funkcjonalna" Jeans - Christian Katzschner, Kurs manipulacji metodą Piersa Results System, kurs "Techniki osteopatyczne" oraz w 2024r. kurs pedagogiczny dla trenerów i wykładowców pozaszkolnych form edukacyjnych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje skrypt szkoleniowy

Warunki uczestnictwa

Przed złożeniem wniosku o dofinansowanie i zapisem na szkolenie prosimy o kontakt telefoniczny lub mailowy w celu sprawdzenia dostępności wolnych miejsc.

Warunkiem uczestnictwa w szkoleniu jest wypełnienie formularza zgłoszeniowego na stronie www.dialexi.pl:

https://dialexi.pl/formularze/formularz_uczestnika/

oraz podpisanie umowy szkoleniowej.

Informacje dodatkowe

Usługa jest realizowana w godzinach dydaktycznych (1 godzina szkolenia = 45 minut)

Cena nie zawiera kosztów wyżywienia, noclegu i transportu.

Dla podmiotów/osób uczestniczących w usłudze, które otrzymają dofinansowanie min. 70%, koszt szkolenia jest zwolniony z podatku VAT (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień: § 3 ust. 1 pkt 14).

Dla podmiotów/osób uczestniczących w usłudze, które otrzymają dofinansowanie mniejsze niż 70%, podmiot świadczący usługę wystawi fakturę w kwocie netto=brutto we względu na to, że nie jest zarejestrowany jako podatnik VAT (podstawa prawna: art. 113 ust.1 Ustawy o VAT).

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub Partnera Operatora w danym projekcie PSF lub w którymkolwiek Regionalnym Programie lub FERS albo przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo.

Adres

ul. Mikołaja Kopernika 17

81-769 Sopot

woj. pomorskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Karolina Chadała

E-mail biuro@dialexi.pl

Telefon (+48) 690 620 952