



Anna Klęczar

Brak ocen dla tego dostawcy

Holistyczny japoński masaż Kobido w duchu zrównoważonego rozwoju. Profesjonalne szkolenie z zastosowaniem zielonych kompetencji i proekologicznych produktów.

Numer usługi 2026/01/27/204885/3287020

📍 Chorzów / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 20 h

📅 21.03.2026 do 22.03.2026

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 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, które chcą rozwijać swoje kompetencje zawodowe oraz podnosić kwalifikacje w zakresie japońskiego masażu Kobido, ze szczególnym uwzględnieniem zasad zrównoważonego rozwoju oraz ekologicznej pielęgnacji skóry.
Minimalna liczba uczestników	3
Maksymalna liczba uczestników	10
Data zakończenia rekrutacji	20-03-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	20
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 „Japoński masaż Kobido – zielone kompetencje” przygotowuje uczestnika do samodzielnego i bezpiecznego wykonywania masażu twarzy, obejmującego techniki relaksacyjne, drenażowe i liftingujące.

Szkolenie rozwija kompetencje proekologiczne, ucząc pracy z naturalnymi i przyjaznymi środowisku produktami oraz optymalizacji zużycia zasobów (GOZ) podczas zabiegów.

Rezultatem jest zdobycie umiejętności niezbędnych do prowadzenia nowoczesnego, ekologicznego i świadomego gabinetu beauty.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Po ukończeniu szkolenia uczestnik rozumie znaczenie zrównoważonego rozwoju w branży beauty oraz potrafi w prosty i zrozumiały sposób wyjaśnić główne założenia filozofii masażu Kobido.	Uczestnik zna i rozumie założenia celów SDG 12 i SDG 13 oraz potrafi je w prosty sposób omówić, ze szczególnym uwzględnieniem odpowiedzialnej konsumpcji i działań na rzecz klimatu.	Test teoretyczny
	Uczestnik potrafi omówić, w jaki sposób zmiany klimatu wpływają na pracę kosmetyczki oraz funkcjonowanie gabinetu beauty.	Test teoretyczny
	Uczestnik potrafi wyjaśnić, w jaki sposób filozofia Kobido wspiera naturalną, łagodną dla skóry i przyjazną dla środowiska pielęgnację.	Test teoretyczny
Uczestnik stosuje zasady higieny pracy zgodnie z obowiązującymi przepisami i wykonuje zabiegi w sposób przyjazny dla środowiska.	Uczestnik potrafi omówić aktualne wymagania sanitarne oraz zasady BHP obowiązujące w gabinecie beauty. Uczestnik potrafi wyjaśnić, jakie ekologiczne środki czystości należy stosować w miejscu pracy.	Test teoretyczny
	Uczestnik potrafi wskazać praktyczne sposoby ograniczania użycia materiałów jednorazowych podczas wykonywania zabiegów.	Test teoretyczny
Uczestnik potrafi projektować proste formularze do obsługi klienta, takie jak zgody, ankiety czy karty zabiegowe.	Uczestnik potrafi korzystać z cyfrowych narzędzi (np. aplikacji i dokumentów online) w celu ograniczenia zużycia papieru i wspierania ekologicznej obsługi klienta.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Uczestnik wykorzystuje narzędzia cyfrowe, takie jak aplikacje i dokumenty online, aby zmniejszyć zużycie papieru i prowadzić bardziej ekologiczną obsługę klienta.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje procedury zabiegowe (peelingi, mezoterapia) przy użyciu technik optymalizujących zużycie zasobów i materiałów jednorazowych.	Prawidłowo przeprowadza zabieg kwasowy, zużywając o minimum 30% mniej preparatów pomocniczych niż w standardowej procedurze.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	emonstruje technikę bezpiecznej aplikacji substancji aktywnych zgodnie z protokołem aseptyki.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Uczestnik potrafi przygotować cyfrowy formularz świadomej zgody dla klienta.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik wykorzystuje proste narzędzia AI do planowania i organizacji pracy w gabinecie.	Uczestnik korzysta z podstawowych rozwiązań AI w celu usprawnienia organizacji i planowania usług w gabinecie.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Uczestnik potrafi przedstawić klientowi proste wskazówki dotyczące ekologicznej pielęgnacji skóry i codziennego dbania o środowisko.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Uczestnik potrafi zidentyfikować źródła śladu węglowego w pracy gabinetu i ocenić sposoby jego codziennego ograniczania.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik rozumie, jakie elementy działalności gabinetu generują ślad węglowy i potrafi wskazać praktyczne metody jego zmniejszania w codziennej pracy.	Uczestnik wskazuje kluczowe źródła emisji CO ₂ w salonie.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Potrafi omówić metody ich ograniczania w codziennej pracy.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Na podstawie prostego przykładu przeprowadza analizę śladu węglowego.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik potrafi wymienić i zlokalizować kluczowe struktury anatomiczne twarzy, szyi i dekoltu istotne w masażu Kobido.	Uczestnik rozpoznaje podstawowe struktury anatomiczne twarzy, szyi i dekoltu istotne w masażu Kobido.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Rozróżnia podstawowe mięśnie, punkty przyczepów oraz obszary wymagające szczególnej ostrożności podczas zabiegu.	Wyjaśnia, w jaki sposób masaż wspiera mikrokrążenie oraz naturalne procesy oczyszczania organizmu.	

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik dobiera techniki masażu tak, aby zabieg był skuteczny przy jednoczesnym oszczędnym wykorzystaniu produktów i materiałów. Zwraca uwagę na ilość stosowanych kosmetyków oraz sposób ich aplikacji, ograniczając marnowanie zasobów. Łączy prawidłową technikę pracy z klientem z ekologicznymi praktykami, np. korzystając z większych opakowań i unikając zbędnych jednorazowych materiałów.	Uczestnik wykonuje proste ćwiczenia oddechowe, rozluźniające i rozciągające przed pracą z klientem, dbając o ergonomię i własny komfort. Analizuje swoje codzienne nawyki zawodowe, m.in. higienę, organizację stanowiska, zużycie materiałów i podejście ekologiczne. Na podstawie obserwacji przygotowuje prosty mini-audyt własnych praktyk, wskazując elementy do utrzymania i obszary wymagające zmian.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik wyjaśnia zasady GOZ (gospodarki w obiegu zamkniętym) i ich zastosowanie w usługach beauty. Planuje i wykonuje zabiegi tak, aby ograniczać zużycie surowców, energii i wody. Organizuje pracę w gabinecie w sposób umożliwiający ponowne wykorzystanie materiałów tam, gdzie to możliwe, oraz minimalizuje ilość odpadów.	Uczestnik rozróżnia GOZ (gospodarkę w obiegu zamkniętym) od samego recyklingu. Wskazuje konkretne praktyki w salonie wspierające zasady GOZ. Przekształca przykładowe działania w salonie tak, aby lepiej wpisywały się w idee obiegu zamkniętego.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik poprawnie realizuje pełny przebieg masażu Kobido, stosując poznane techniki w odpowiedniej kolejności. Dostosowuje rytm pracy, płynność ruchów oraz nacisk do indywidualnych potrzeb klienta. Wykonuje zabieg z zachowaniem zasad bezpieczeństwa i ergonomii, zapewniając komfort osobie masowanej.	Uczestnik przeprowadza pełną sekwencję masażu Kobido zgodnie z ustalonym schematem. Wykonuje techniki w sposób ergonomiczny, dbając o właściwą postawę, pracę rąk i oddech. Obserwuje reakcje klienta i na bieżąco modyfikuje intensywność, tempo oraz rodzaj ruchów.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik wykorzystuje elementy akupresury w pracy na twarzy, szyi i głowie. Wprowadza techniki sprzyjające odprężeniu, redukcji napięcia mięśniowego oraz uspokojeniu układu nerwowego.	Uczestnik rozumie, jak emocje wpływają na ciało, np. powodując napięcia mięśniowe, bóle czy blokady. Stosuje podstawowe metody relaksacyjne, które pomagają klientowi się odprężyć i uspokoić.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik wykorzystuje podstawowe narzędzia AI do usprawnienia wybranych procesów w gabinecie. Stosuje AI do efektywniejszego planowania zakupów i usług w celu zmniejszenia zużycia zasobów.	Uczestnik omawia sposoby, w jakie AI może wspierać pracę w salonie, np. przy rezerwacjach, obsłudze klienta czy tworzeniu materiałów informacyjnych. Wybiera praktyczne narzędzia cyfrowe i AI do zastosowania w codziennej pracy. Praktycznie wykorzystuje proste funkcje AI w zadaniach gabinetowych.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik identyfikuje sytuacje problematyczne i postępuje zgodnie z zasadami etycznymi zawodu. Uwzględnia w podejmowanych decyzjach aspekty ekologiczne i ochronę środowiska.	Uczestnik potrafi zidentyfikować niepożądane reakcje oraz przeciwwskazania do wykonania lub kontynuacji zabiegu. Wyjaśnia, jak postępować w takich sytuacjach, stosując zasady eco-care. Analizuje swoją odpowiedzialność zawodową w kontekście ochrony środowiska i wyzwań związanych z kryzysem klimatycznym.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik potrafi wskazać zasady komunikacji opartej na szacunku i uwzględniającej innych. W rozmowie z klientem stosuje uprzejmy, zrozumiały i empatyczny sposób wypowiedzi. Dostosowuje formę i styl przekazu do możliwości oraz oczekiwań odbiorcy.	Uczestnik aktywnie odbiera informacje od klienta, stosując m.in. parafrazowanie, aby potwierdzić zrozumienie jego potrzeb. W trakcie ćwiczeń praktycznych prowadzi rozmowę w sposób przejrzysty, uwzględniając oczekiwania i obawy klienta oraz realistycznie przedstawiając rezultaty zabiegu.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Kwalifikacje

Inne kwalifikacje

Uznane kwalifikacje

Pytanie 4. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji jest rozpoznawalny i uznawalny w danej branży/sektorze (czy certyfikat otrzymał pozytywne rekomendacje od co najmniej 5 pracodawców danej branży/sektorów lub związku branżowego, zrzeszającego pracodawców danej branży/sektorów)?

TAK

Informacje

Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów

uprawnione do realizacji procesów walidacji i certyfikowania na mocy innych przepisów prawa

Program

Szkolenie prowadzone jest w godzinach zegarowych, przerwy wliczone są w czas trwania usługi, oraz Szkolenie prowadzone jest w małej grupie. Osoba uczestnicząca w szkoleniu nie musi posiadać doświadczenia, gdyż prowadzący przekaze całą niezbędną wiedzę na szkoleniu. Szkolenie będzie zawierało **7 godzin teoretycznych** oraz **13 godzin zajęć praktycznych**.

Moduł I – Ślad środowiskowy w masażu Kobido (Teoria)

- Wpływ codziennej pracy gabinetu beauty na środowisko – źródła śladu węglowego w usługach manualnych.
- Znaczenie zrównoważonego rozwoju i filozofii „low impact” w masażach twarzy.
- Wpływ stresu, stylu życia i czynników środowiskowych na napięcia mięśniowe twarzy.
- Filozofia masażu Kobido jako naturalnej, nieinwazyjnej metody wspierającej równowagę ciała i skóry.

Moduł II – Naturalne produkty i zielone podejście w masażu (Teoria)

- Dobór naturalnych olejów i preparatów do masażu twarzy – skład, pochodzenie, biodegradowalność.
- Minimalizm produktowy w masażu Kobido – skuteczność przy ograniczonym zużyciu preparatów.
- Certyfikacja ekologiczna w kosmetologii (COSMOS, EcoCert) – jak czytać i wybierać produkty.
- Bezpieczeństwo skóry i mikrobiomu przy pracy manualnej.

Moduł III – Ekoprojektowanie zabiegu Kobido (Teoria)

- Organizacja zabiegu w duchu GOZ (Gospodarka o Obiegu Zamkniętym).
- Ograniczanie zużycia wody, energii i materiałów jednorazowych podczas masażu.
- Alternatywy dla jednorazowych akcesoriów (tekstylia wielorazowe, biodegradowalne materiały).
- Ergonomia pracy terapeuty i jej wpływ na zdrowie oraz efektywność zabiegu.

Moduł IV – Anatomia i fizjologia w masażu Kobido (Teoria + Praktyka)

- Anatomia twarzy, szyi i dekoltu w kontekście pracy manualnej.
- Układ mięśniowy, powięziowy i limfatyczny – znaczenie w masażu liftingującym.
- Wpływ masażu na mikrokrążenie, drenaż i naturalne procesy regeneracyjne organizmu.

Moduł V – Techniki masażu Kobido w praktyce (Praktyka)

- Nauka pełnej sekwencji masażu Kobido: relaksacja, drenaż, lifting, wyciszenie.
- Praca z tempem, rytmem i siłą nacisku dostosowaną do potrzeb klienta.
- Techniki manualne ograniczające nadmierne zużycie produktów.
- Ergonomiczna i bezpieczna praca terapeuty.

Moduł VI – Dodatkowe techniki wspierające (Praktyka)

- Elementy akupresury twarzy, szyi i głowy.
- Techniki relaksacyjne i wyciszające układ nerwowy.
- Praca z oddechem i uważnością w zabiegu manualnym.

Moduł VII – Green Beauty Plan i komunikacja z klientem (Praktyka)

- Edukacja klienta w zakresie naturalnej pielęgnacji i ekologicznego stylu życia.
- Tworzenie prostych, minimalistycznych planów pielęgnacji domowej.
- Budowanie relacji z klientem w oparciu o świadome i odpowiedzialne podejście do beauty.

Moduł VIII – Ewaluacja i walidacja zielonych kompetencji (Weryfikacja)

- Test wiedzy teoretycznej z zakresu masażu Kobido i zielonych kompetencji.
- Praktyczny egzamin z wykonania pełnej sesji masażu Kobido.
- Ocena ergonomii pracy, komunikacji z klientem oraz stosowania zasad eco-care.

Metody realizacji szkolenia

Szkolenie realizowane jest w formie warsztatowej i obejmuje:

- **Pracę na produktach naturalnych i ekologicznych** – uczestnicy pracują wyłącznie na preparatach przyjaznych środowisku.
- **Analizę praktyk gabinetowych** – identyfikację obszarów, w których można ograniczyć zużycie materiałów i zasobów.
- **Metodę demonstracji** – trener prezentuje pełny masaż Kobido z zastosowaniem technik ograniczających zużycie produktów i materiałów jednorazowych.
- **Ćwiczenia praktyczne** – nauka skutecznej pracy manualnej w duchu zrównoważonego rozwoju.

Niniejsza usługa szkoleniowa jest w pełni zgodna z założeniami Regionalnej Strategii Innowacji (RSI 2030) oraz priorytetami Unii Europejskiej w zakresie zielonej transformacji. Program szkolenia bezpośrednio wspiera rozwój inteligentnych specjalizacji (w szczególności w obszarze medycyny i jakości życia), wdrażając innowacyjne rozwiązania biotechnologiczne w terapiach skórnych. Usługa koncentruje się na budowaniu zielonych kompetencji, obejmujących ekoprojektowanie procesów zabiegowych, minimalizację śladu środowiskowego gabinetu oraz praktyczne zastosowanie zasad Gospodarki Obiegu Zamkniętego (GOZ). Dzięki połączeniu specjalistycznej wiedzy medycznej z aspektami zrównoważonego rozwoju, szkolenie przygotowuje kadry sektora Beauty do wymogów nowoczesnej, niskoemisyjnej gospodarki, co stanowi kluczowy element strategii wzrostu innowacyjności regionu do roku 2030.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	250,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	250,00 PLN
W tym koszt walidacji brutto	125,00 PLN

W tym koszt walidacji netto	125,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	125,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	125,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Julia Szczech

Dyplomowany kosmetolog z wieloletnim doświadczeniem w pracy gabinetowej, specjalizujący się w manualnych terapiach liftingujących i masażach twarzy, w tym masażu Kobido. Jego praktyka opiera się na precyzyjnej analizie stanu skóry oraz indywidualnym dopasowaniu technik manualnych, co pozwala skutecznie łączyć działanie relaksacyjne, drenażowe i liftingujące.

Posiada liczne certyfikaty potwierdzające kompetencje w zakresie zaawansowanych technik manualnych oraz terapii manualnych wspierających naturalną regenerację skóry. Stale podnosi swoje kwalifikacje, uczestnicząc w specjalistycznych kursach i szkoleniach z zakresu innowacji w kosmetologii i pielęgnacji manualnej.

Jego podejście łączy wiedzę merytoryczną z praktyczną, co gwarantuje efektywne i bezpieczne prowadzenie zabiegów oraz procesów edukacyjnych dla uczestników szkoleń. Praca kosmetologa uwzględnia także zasady zrównoważonego rozwoju, promując naturalne i ekologiczne metody pielęgnacji skóry.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Procedury zabiegowe w formie skryptów

Informacje dodatkowe

Szkolenie zwolnione z podatku VAT na podstawie Par.3 ust.1 pkt.14 rozporządzeniu MF z dnia 20.12.2013r

Adres

ul. Stefana Batorego 35

41-506 Chorzów

woj. śląskie

Hotel Górczowski, poziom -1.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Bezpłatny parking

Kontakt



ANNA KLĘCZAR

E-mail ania_garus@onet.pl

Telefon (+48) 723 783 182