



## Usługa szkoleniowa "Kurs analizy sylwetki" - Małopolski Pociąg do Kariery, sezon I.

Numer usługi 2026/01/30/148507/3296362

540,00 PLN brutto  
540,00 PLN netto  
90,00 PLN brutto/h  
90,00 PLN netto/h

KATARZYNA  
STYPULSKA-  
TRYBULEC SLOW  
FASHION CAFE

★★★★★ 4,8 / 5

474 oceny

📍 Kraków / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 6 h

📅 15.02.2026 do 15.02.2026

## Informacje podstawowe

|                                 |                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kategoria                       | Inne / Artystyczne                                                                                                                                                                |
| Identyfikatory projektów        | Małopolski Pociąg do kariery                                                                                                                                                      |
| Grupa docelowa usługi           | Szkolenie skierowane jest do wszystkich zainteresowanych stylizacją, zagadnieniami budowania wizerunku przy pomocy ubioru i koloru, pasjonatów mody, stylistów fryzur i paznokci. |
| Minimalna liczba uczestników    | 2                                                                                                                                                                                 |
| Maksymalna liczba uczestników   | 6                                                                                                                                                                                 |
| Data zakończenia rekrutacji     | 12-02-2026                                                                                                                                                                        |
| Forma prowadzenia usługi        | stacjonarna                                                                                                                                                                       |
| Liczba godzin usługi            | 6                                                                                                                                                                                 |
| Podstawa uzyskania wpisu do BUR | Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0                                                                                          |

## Cel

### Cel edukacyjny

Zdobycie praktycznej wiedzy z zakresu tworzenia funkcjonalnej, spójnej i przemyślanej garderoby. Świadome proporcje, budowanie harmonii w ubiorze, rozpoznawanie typów sylwetek oraz nauka świadomego modelowania proporcji za

pomocą ubrań. Uczestnicy poznają różne typologie sylwetek oraz nauczą się, jak fasony, linie, długości i materiały wpływają na postrzeganie figury. Uczestnicy dowiedzą się, czym jest szafa kapsułowa i jak dostosować ją stylu życia i urody.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

| Efekty uczenia się                                                                | Kryteria weryfikacji                                                                               | Metoda walidacji                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| Identyfikuje typy sylwetek, tworzy spójne stylizacje w oparciu o szafę kapsułową. | Dopasowuje fasony, wzory i kolory do typu sylwetki.<br>Rozumie znaczenie pojęcia szafy kapsułowej. | 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

Te sześciogodzinne warsztaty poświęcone są świadomemu budowaniu garderoby. Program obejmuje rozpoznawanie typów sylwetek oraz naukę świadomego modelowania proporcji za pomocą ubrań. Uczestnicy poznają różne typologie sylwetek oraz nauczą się, jak fasony, linie, długości i materiały wpływają na postrzeganie figury. Uczestnicy dowiedzą się, czym jest szafa kapsułowa i jak dostosować ją do swojego stylu życia, typu urody oraz indywidualnych potrzeb.

W trakcie kursu:

- omawiane są zasady doboru bazowych elementów garderoby,
- uczestnicy uczą się łączyć ubrania w różnorodne zestawy,
- poruszany jest temat świadomej konsumpcji i jakości ubrań.

Efektem warsztatu jest większa kontrola nad własną garderobą, oszczędność czasu i pieniędzy oraz poczucie spójności w codziennym wizerunku.

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 5

| Przedmiot / temat zajęć                     | Prowadzący   | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---------------------------------------------|--------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>1 z 5</div> Wprowadzenie do stylizacji | ANETA CIOŁEK | 15-02-2026            | 15:00               | 15:45               | 00:45         |
| <div>2 z 5</div> Typologia sylwetek         | ANETA CIOŁEK | 15-02-2026            | 15:45               | 16:30               | 00:45         |
| <div>3 z 5</div> Linie w ubiorze            | ANETA CIOŁEK | 15-02-2026            | 16:30               | 17:15               | 00:45         |
| <div>4 z 5</div> Szafa kapsułowa            | ANETA CIOŁEK | 15-02-2026            | 17:45               | 19:45               | 02:00         |
| <div>5 z 5</div> Walidacja                  | -            | 15-02-2026            | 19:45               | 20:00               | 00:15         |

# Cennik

## Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena       |
|-------------------------------------------|------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 540,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 540,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 90,00 PLN  |
| Koszt osobogodziny netto                  | 90,00 PLN  |

# Prowadzący

Liczba prowadzących: 4



1 z 4

**Maria Kuźma**

Maria Kuźma  
Absolwentka Uniwersytetu Ludowego i Technikum Tkactwa Artystyczne. Wieloletni szkoleniowiec. Instruktorka krawiectwa w Slow Fashion Cafe od 2021 roku.



2 z 4

### Eliza Łopata

Dyplomowana technolog odzieży. Dyplomowana projektantka ubioru. Instruktorka krawiectwa w Slow Fashion Cafe od 2014 roku.



3 z 4

### Józefa Oleksyk

Dyplomowana technolog odzieży. Posiada wieloletnie doświadczenie w prowadzeniu kursów szycia.



4 z 4

### ANETA CIOŁEK

Aneta Ciołek - Caro Atelier: , charakteryzatorka, stylistka, kolorystka, autorka jedwabnych apaszek inspirowanych kobiecymi typami urody, z doświadczeniem w pracy 1:1, dla marek i instytucji.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każda uczestniczka otrzyma:

Indywidualną analizę sylwetki.

Zeszyt ćwiczeń z testami stylu i przestrzeni do notatek.

### Informacje dodatkowe

Zawarto Umowę z WUP Kraków w ramach projektu Kierunek Kariera zawodowa.

Dodatkowo w trakcie zajęć oferujemy kawę, herbatę i słodkie przekąski, aby stworzyć przyjemną i komfortową atmosferę sprzyjającą twórczej pracy.

Więcej szczegółowych informacji na temat kursów można uzyskać, kontaktując się z nami mailowo pod adresem [info@slowfashioncafe.pl](mailto:info@slowfashioncafe.pl) lub telefonicznie pod numerem 500418777.

Zajęcia odbywają się w godzinach lekcyjnych, trwających 45 minut.

## Adres

ul. Kalwaryjska 34/U6

30-504 Kraków

woj. małopolskie

Zajęcia odbywają się w pracowni przy ul. Kalwaryjskiej 34. Pracownia składa się z dwóch sal przedzielonych szklaną ścianą. Obie sale są w pełni wyposażone we wszelkie rzeczy niezbędne do nauki szycia: maszyny, akcesoria krawieckie, stoły do krojenia, stacje parowe, manekiny, papier do kopiowania wykrojów, kilkadziesiąt magazynów z wykrojami (Burda, Ottobre, Viktor itp.),

Na miejscu można zakupić dzianiny, klejonki, gumy itp.

W pracowni znajdują się dwie toalety oraz aneks kuchenny i barek (z pozwoleniem na gastronomię). Uczestnikom zajęć, w cenie kursu, serwujemy kawę, herbatę, wodę i ciasteczka .

Więcej szczegółowych informacji na temat kursów można uzyskać, kontaktując się z nami mailowo pod adresem [info@slowfashioncafe.pl](mailto:info@slowfashioncafe.pl) lub telefonicznie pod numerem 500418777.

Zajęcia odbywają się w godzinach lekcyjnych, trwających 45 minut, co pozwala na efektywne przyswajanie wiedzy i praktycznych umiejętności w przystępnych blokach czasowych.

### **Udogodnienia w miejscu realizacji usługi**

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## **Kontakt**



**Katarzyna Stypulska-Trybulec**

**E-mail** [info@slowfashioncafe.pl](mailto:info@slowfashioncafe.pl)

**Telefon** (+48) 500 418 777