



## ACCESS BARS®, ACCESS FACELIFT®, PROCES NA CIAŁO - szkolenie.

Numer usługi 2026/02/15/180211/3335334

3 500,00 PLN brutto  
 3 500,00 PLN netto  
 159,09 PLN brutto/h  
 159,09 PLN netto/h  
 166,67 PLN cena rynkowa ⓘ

"NATURAL FLOW"  
 MAJA ŁAWICKA

★★★★★ 4,8 / 5

50 ocen

📍 Sopot  
 🏠 Usługa szkoleniowa  
 📄 stacjonarna  
 🕒 22:00 h  
 📅 30.05.2026 do 31.05.2026

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

### Grupa docelowa usługi

Szkolenie dedykowane dla:

- pracowników gabinetów psychoterapeutycznych, terapeutycznych, fizjoterapeutycznych i masażu oraz wszelkich gabinetów odnowy biologicznej i wsparcia ciała, którzy są zainteresowani wprowadzeniem sesji Access Consciousness® jako uzupełnienia i wsparcie technik, z którymi pracują na co dzień,
- rodziców dzieci zmagających się ze stresem, a także ADD, ADHD, zespołem Aspergera, autyzmem,
- osób pracujących z osobami uzależnionymi,
- menadżerów firm/zespołów, którzy chcą wspomagać swoich pracowników, eliminować źródła napięć w zespołach i przeciwdziałać wypaleniu zawodowemu,
- wszystkich osób, które chcą wykorzystać wiedzę o technikach Access Consciousness® do pomagania innym,
- osób, które chcą rozpocząć własną działalność jak praktyk 3 procesów Access Consciousness®,
- dla wszystkich osób, które chcą nauczyć się stosowania w praktyce technik Access Consciousness®.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

10

Data zakończenia rekrutacji

29-05-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

22

# Cel

## Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje do samodzielnego prowadzenia sesji z wykorzystaniem techniki Access Bars®, techniki Access Facelift® i jednego procesu na ciało, która służy relaksacji, odstresowaniu i poprawie samopoczucia, pracując na punktach na głowie, twarzy i ciele.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
posługuje się wiedzą czym jest technika Access Bars®	opisuje czym są barsy	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje wyniki badań naukowych potwierdzających skuteczność metody Access Bars®	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
przeprowadza sesje Access Bars®	definiuje jak wygląda przebieg sesji Access Bars®	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	określa jak wykorzystać technikę Access Bars® do relaksacji, odstresowania i poprawy samopoczucia	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
opisuje wpływ techniki Access Bars® na odstresowanie i dobrostan psychiczny	określa jak rozładowanie spolaryzowanego ładunku elektrycznego zgromadzonego w mózgu wpływa na odstresowanie i poprawę samopoczucia	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje 32 punkty na głowie w których skumulowany jest cały stres, czarne wizje, powody frustracji i depresji, strachy, obawy, żale, złości, punkty widzenia i ograniczenia w różnych dziedzinach życia	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
wykonuje zabieg Access Facelift®	opisuje jak wygląda przebieg sesji Access Facelift®	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	określa jakie są możliwe kierunki przepływu i jak układać ręce w trakcie zabiegu na twarzy	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Opisuje wpływ zabiegu Access Facelift® na organizm człowieka  wykonuje proces na ciele	określa jak zabieg Access Facelift® wpływa na układ odpornościowy	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	określa jak zabieg Access Facelift® wpływa na układ hormonalny	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	opisuje przebieg całego procesu	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	określa sposób prowadzenia klienta przez proces	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
opisuje wpływa zabiegu na organizm człowieka	wymienia skutki zabiegu na organizm człowieka	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?

TAK

## Program

1. Szkolenie dedykowane dla:

- pracowników gabinetów psychoterapeutycznych, terapeutycznych, fizjoterapeutycznych i masażu oraz wszelkich gabinetów odnowy biologicznej i wsparcia ciała, którzy są zainteresowani wprowadzeniem sesji Access Consciousness® jako uzupełnienia i wsparcie technik, z którymi pracują na co dzień,
- rodziców dzieci zmagających się ze stresem, a także ADD, ADHD, zespołem Aspergera, autyzmem,
- osób pracujących z osobami uzależnionymi,
- menadżerów firm/zespołów, którzy chcą wspomagać swoich pracowników, eliminować źródła napięć w zespołach i przeciwdziałać wypaleniu zawodowemu,
- wszystkich osób, które chcą wykorzystać wiedzę o technice Access Consciousness® do pomagania innym,
- osób, które chcą rozpocząć własną działalność jak praktyk 3 procesów Access Consciousness®,
- dla wszystkich osób, które chcą nauczyć się stosowania w praktyce technik Access Consciousness®.

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

3. Udział w szkoleniu nie wymaga spełnienia żadnych dodatkowych warunków.

4. Godzina zajęć jest równoznaczna z godziną dydaktyczną tj. 45 min. W trakcie dnia zajęć przewidziano przerwy, które zostały wyjęte z harmonogramu. 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 I**

##### **MODUŁ 1 Rozpoczęcie szkolenia.**

- przywitanie uczestników, oczekiwania szkoleniowe.

##### **MODUŁ 2 Wprowadzenie do metody.**

- czym jest Access Consciousness®?
- pierwsze narzędzia,
- twórcy metody, badania naukowe,
- film instruktażowy i jego omówienie.

##### **MODUŁ 3 Część praktyczna, praca w parach.**

- dwie sesje praktyczne, praca w parach, wykonywanie sesji na zmianę,
- omówienie 32 punktów na głowie, lokalizacja, znaczenie,
- wpływ dotyku i rozładowania napięcia elektromagnetycznego na zmianę jakości życia.

##### **MODUŁ 4 Access Bars® w praktyce.**

- dwie sesje przypominające – przypomnienie poszczególnych etapów zabiegu,
- narzędzia Access Consciousness® a ulga w stresie,
- omówienie narzędzi ułatwiających relaksację, spokój, obecność z ciałem,
- wpływ narzędzi na zmianę jakości życia - jak pomóc klientom zmagającym się ze stresem i jego konsekwencjami.

##### **MODUŁ 5 Podsumowanie.**

- pytania odpowiedzi,
- certyfikaty i ich rejestracje w systemie.

#### **Dzień II**

##### **MODUŁ 1 Rozpoczęcie szkolenia.**

- przywitanie uczestników, oczekiwania szkoleniowe.

##### **MODUŁ 2 Wprowadzenie do metody.**

- czym jest Access Facelift®,
- pierwsze narzędzia, twórcy metody, film instruktażowy i jego omówienie.

##### **MODUŁ 3 Część praktyczna, praca w parach.**

- dwie sesje praktyczne, praca w parach, wykonywanie sesji na zmianę,
- czym jest energia, jak uruchomić jej przepływ w ciele,
- ułożenie rąk, podążanie za potrzebą ciała,
- kierunek przepływu, ułożenie rąk a lifting twarzy,

##### **MODUŁ 4 Access Facelift w praktyce.**

- dwie sesje przypominające, zastosowanie procesu w różnych sytuacjach,
- narzędzia Access Consciousness® a zmiana samopoczucia,

- świadomość a ciało, czy ciało wie lepiej?
- wpływ narzędzi na zmianę jakości życia,
- jak przywrócić chęci do życia i zmienić samopoczucie,
- selfcare zastosowane energii Facelift dla Siebie.

#### MODUŁ 5 Wprowadzenie do metody - procesy na ciało

- czym wyróżniają się Procesy na Ciało Access Consciousness®
- jak wygląda praca z klientem w ramach procesów na ciało

#### MODUŁ 6 Praktyczna praca w parach

- 1 sesja - doświadczanie procesu
- możliwe reakcje ciała na proces

#### MODUŁ 7 Praktyczna praca w parach CD

- 2 sesja - prowadzenie procesu
- jak prowadzić klienta w trakcie procesu?
- jak słuchać ciała klienta w pracy z procesem na ciało Access Consciousness®?

#### MODUŁ 8 Podsumowanie oraz walidacja

- pytania odpowiedzi,
- test wiedzy, certyfikaty i ich rejestracje w systemie.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 16

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 16</b> Rozpoczęcie szkolenia.	Maja Ławicka	30-05-2026	10:00	10:30	00:30
<b>2 z 16</b> Wprowadzenie do metody.	Maja Ławicka	30-05-2026	10:30	12:00	01:30
<b>3 z 16</b> Część praktyczna, praca w parach.	Maja Ławicka	30-05-2026	12:00	13:30	01:30
<b>4 z 16</b> Część praktyczna, praca w parach. Cd.	Maja Ławicka	30-05-2026	14:15	15:45	01:30
<b>5 z 16</b> AccessBars® w praktyce.	Maja Ławicka	30-05-2026	15:45	17:30	01:45
<b>6 z 16</b> Podsumowanie dnia Igo	Maja Ławicka	30-05-2026	17:30	18:15	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>7 z 16</b> Rozpoczęcie dnia szkolenia.	Maja Ławicka	31-05-2026	10:00	10:30	00:30
<b>8 z 16</b> Wprowadzenie do metody.	Maja Ławicka	31-05-2026	10:30	11:30	01:00
<b>9 z 16</b> Część praktyczna, praca w parach.	Maja Ławicka	31-05-2026	11:30	12:30	01:00
<b>10 z 16</b> Część praktyczna, praca w parach. Cd.	Maja Ławicka	31-05-2026	13:15	14:45	01:30
<b>11 z 16</b> Access Facelift w praktyce.	Maja Ławicka	31-05-2026	14:45	17:00	02:15
<b>12 z 16</b> Wprowadzenie do metody - procesy na ciało	Maja Ławicka	31-05-2026	17:45	18:00	00:15
<b>13 z 16</b> Praktyczna praca w parach	Maja Ławicka	31-05-2026	18:00	18:45	00:45
<b>14 z 16</b> Praktyczna praca w parach. CD.	Maja Ławicka	31-05-2026	18:45	19:30	00:45
<b>15 z 16</b> Podsumowanie szkolenia	Maja Ławicka	31-05-2026	19:30	20:15	00:45
<b>16 z 16</b> Test walidacyjny online	Maja Ławicka	31-05-2026	20:15	20:30	00:15

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 500,00 PLN

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto 3 500,00 PLN

Koszt osobogodziny brutto 159,09 PLN

Koszt osobogodziny netto 159,09 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

- materiały warsztatowe, osobny podręcznik dla każdego procesu
- nagrania audio w formacie mp3.

### Warunki uczestnictwa

Udział w usłudze nie wymaga spełnienia żadnych dodatkowych warunków.

### Informacje dodatkowe

1. Praktyczny warsztat w trakcie którego uczestnik nauczy się jak wykonywać sesję Access Bars® - każdy z uczestników otrzyma i wykona 4 sesje Access Bars®. 20% warsztatu to teoria, a 80% warsztatu to praktyczny trening.
2. Po zakończonym szkoleniu uczestnik otrzymuje: **Międzynarodowy Certyfikat ukończenia warsztatów Access Bars® Access Facelift®, Access Body Process®**, który pozwala na odpłatne i profesjonalne prowadzenie sesji z innymi osobami i uzyskanie wpisu na listę praktyków tych 3 procesów na całym świecie.
3. Usługa szkoleniowa (nie dotyczy doradztwa) jest zwolniona z podatku VAT w przypadku, kiedy przedsiębiorstwo zwolnione jest z podatku VAT lub dofinansowanie wynosi co najmniej 70%.

4. W przypadku chęci realizacji usługi w formie szkolenia zamkniętego zapraszamy do kontaktu w celu omówienia możliwych opcji realizacji szkolenia

## Adres

ul. Morska 11a/1

81-764 Sopot

woj. pomorskie

Studio Sopot Yoga

## Kontakt



**SARA JAGIEŁŁO**

**E-mail** [sara@postawnarozwoj.com](mailto:sara@postawnarozwoj.com)

**Telefon** (+48) 884 882 842