



Zielarstwo

Numer usługi 2026/02/24/32733/3358117

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

Bukal Corporate

Training and

Translations

Szymon Bukal

★★★★★ 4,7 / 5

452 oceny

📍 Zdziechowice Pierwsze

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 50:00 h

📅 01.06.2026 do 06.06.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Szkolenie jest skierowane dla osób dorosłych powyżej 18 roku życia, które chcą nabyć wiedzę teoretyczną oraz umiejętności praktyczne w zakresie zielarstwa, rozpoznawania roślin leczniczych, stosowania ziół w profilaktyce zdrowotnej oraz przygotowywania różnych form preparatów ziołowych. Po zakończonym szkoleniu uczestnicy będą potrafili wytwarzać produkty ziołowe oraz posiadać wiedzę jak wygląda sprzedaż takich produktów. Uczestnicy będą mogli dzielić się swoją wiedzą oraz prowadzić zajęcia z zielarstwa.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

1

Data zakończenia rekrutacji

31-05-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

50

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Znak Jakości TGLS Quality Alliance

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie jest skierowane dla osób dorosłych powyżej 18 roku życia, które chcą nabyć wiedzę teoretyczną oraz umiejętności praktyczne w zakresie zielarstwa, rozpoznawania roślin leczniczych, stosowania ziół w profilaktyce zdrowotnej oraz przygotowywania różnych form preparatów ziołowych. Po zakończonym szkoleniu uczestnicy będą mogli dzielić się swoją wiedzą oraz prowadzić zajęcia z zielarstwa.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Znajomość podstawowych pojęć z zakresu zielarstwa	Uczestnik wyjaśnia podstawowe pojęcia związane z zielarstwem, ziołolecnictwem, fitoterapią i różnicami między nimi. Określa klasyfikację roślin leczniczych oraz ich podstawowe właściwości terapeutyczne.	Test teoretyczny
Znajomość działania roślin leczniczych na organizm	Rozpoznaje i wymienia najczęściej stosowane zioła w terapii różnych dolegliwości zdrowotnych. Wyjaśnia mechanizm działania roślin na organizm i ich zastosowanie w praktyce terapeutycznej	Wywiad swobodny
Przygotowywanie podstawowych preparatów ziołowych	Przygotowuje napary, wywary, olejki eteryczne, maści oraz inne formy preparatów ziołowych zgodnie z recepturą. Prawidłowo stosuje techniki przechowywania i konserwacji surowca roślinnego.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Znajomość zastosowania ziół w dietetyce i kosmetyce	Wskazuje, które zioła wspomagają zdrowie, metabolizm, detoksykację i pielęgnację skóry. Przygotowuje naturalne kosmetyki i produkty ziołowe do pielęgnacji ciała, np. kremy, toniki, maści.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Bezpieczeństwo stosowania ziół	Wymienia przeciwwskazania stosowania ziół	Test teoretyczny

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

Wprowadzenie do zielarstwa

Moduł 1: Historia i rozwój zielarstwa

- Historia zielarstwa: od starożytności do współczesności
- Rola ziół w różnych kulturach (medycyna chińska, ajurwedyjska, ludowa)
- Zioła w Europie: tradycje zielarskie i ziołolecznicze, popularne rośliny w polskiej medycynie ludowej

Moduł 2: Podstawowe pojęcia z zakresu zielarstwa

- Co to jest zielarstwo i jak się różni od ziołolecznictwa i fitoterapii
- Klasyfikacja roślin leczniczych: zioła, kwiaty, liście, korzenie
- Formy preparatów ziołowych: napary, wyciągi, nalewki, maści, olejki eteryczne

Moduł 3: Zioła i ich działanie na organizm

- Zasady działania ziół na organizm człowieka
- Zioła przeciwzapalne, przeciwbólowe, uspokajające, immunostymulujące, przeciwwirusowe, itd.
- Interakcje ziół z lekami syntetycznymi: wskazówki bezpieczeństwa
- Dawkowanie i przeciwwskazania stosowania ziół

Moduł 4: Praktyczne ćwiczenia – rozpoznawanie roślin (w terenie lub na zdjęciach)

- Zajęcia praktyczne w terenie (jeśli możliwe) lub analizy zdjęć roślin leczniczych
- Rozpoznawanie najpopularniejszych roślin leczniczych: rumianek, melisa, pokrzywa, szalwia, mniszek lekarski

Zioła w praktyce - podstawowe zastosowania

Moduł 5: Zioła na różne dolegliwości zdrowotne

- Zioła na problemy trawienne: melisa, mięta, rumianek, kora kruszyny
- Zioła na układ oddechowy: tymianek, szalwia, dzika róża, lipa
- Zioła na układ krążenia: głóg, czosnek, pokrzywa, miłorząb
- Zioła na stres, lęk i bezsenność: lawenda, melisa, kozłek lekarski, passiflora

Moduł 6: Przygotowanie podstawowych form preparatów ziołowych

- Parzenie naparów, przyrządzanie wywarów
- Przygotowanie napojów ziołowych (herbaty, napary, decoction)
- Omówienie sposobów sporządzania nalewek alkoholowych i win
- Omówienie receptury przygotowania maści i olejków eterycznych

Moduł 7: Praktyczne ćwiczenia – przygotowanie naparów i wywarów

- Warsztat przygotowywania naparów i wywarów

Zioła w zaawansowanej praktyce terapeutycznej

Moduł 8: Zioła na choroby przewlekłe i wsparcie układów organów

- Zioła wspomagające w leczeniu cukrzycy: pokrzywa, cynamon, borówki
- Zioła stosowane na problemy hormonalne i układ rozrodczy: rumianek, szalwia, przytulia

- Zioła na problemy skórne: nagietek, dziurawiec, aloes
- Zioła na układ odpornościowy: jeżówka, czosnek

Moduł 9: Wykorzystanie ziół w dietetyce

- Zioła wspomagające odchudzanie i metabolizm: pokrzywa, skrzyp, czystek
- Zioła wspierające detoksykację organizmu: mniszek lekarski, korzeń łopianu, karczoch
- Wodne maceraty, napary i wywary i ich zastosowanie w codziennej diecie

Moduł 10: Zaawansowane techniki zbioru, przechowywania i konserwacji ziół

- Optymalny czas zbioru roślin
- Techniki suszenia, mrożenia i przechowywania
- Jak dbać o jakość surowca roślinnego

Zioła w kosmetyce, pielęgnacji i leczeniu

Moduł 11: Zioła w kosmetyce naturalnej

- Zioła w pielęgnacji skóry: nagietek, rumianek, aloes, lawenda
- Lecznicze właściwości roślin w walce z trądzikiem, łuszczycą, egzemą

Moduł 12: Praktyczne ćwiczenia – robienie kosmetyków ziołowych

- Omówienie wytwarzania maści
- Przygotowanie toników ziołowych i maseczek na bazie ziół

Moduł 13: Omówienie produktów aptecznych: mieszanek ziołowych, wyciągów alkoholowych, czopków, tabletek itp.

- Sprawdzanie składów
- Zastosowanie, dawkowanie i przeciwwskazania

Moduł 14: Podsumowanie i zakończenie szkolenia

- Omówienie zdobytej wiedzy i umiejętności
- Walidacja

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 0

Przedmiot / temat	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

100,00 PLN

Koszt osobogodziny netto

100,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Wanda Ludian

Ukończone studia z zielarstwa, walidacja, przeprowadzanie egzaminów

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały dydaktyczne zostaną wybrane przez lektora i będą dostosowane do poziomu umiejętności słuchaczy

Informacje dodatkowe

Usługa jest realizowana w godzinach dydaktycznych (1 godzina dydaktyczna = 45 minut) (50 godzin dydaktycznych = 37,5 godzin zegarowych).

Dostawca usługi dopuszcza nieobecność na zajęciach na poziomie 20%.

Cena szkolenia zawiera koszt walidacji/egzaminu wewnętrznego.

Zapewniono rozdzielność funkcji pomiędzy procesem kształcenia a walidacją.

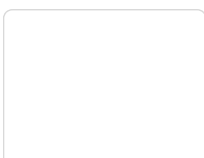
Adres

Zdziechowice Pierwsze 112
37-470 Zdziechowice Pierwsze
woj. podkarpackie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Szymon Bukal

E-mail biurobukal@gmail.com



Telefon (+48) 792 622 844