



Anna Klęczar

★★★★★ 5,0 / 5

2 oceny

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

Numer usługi 2026/03/06/204885/3386543

📍 Chorzów

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 20:00 h

📅 25.07.2026 do 26.07.2026

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

250,00 PLN brutto/h

250,00 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

### Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób chcących podnieść swoje kompetencje zawodowe w branży beauty, w tym w szczególności dla:

- Właścicieli i pracowników mikro, małych i średnich przedsiębiorstw z sektora usług kosmetycznych i wellness.
- Kosmetologów, masażyстів oraz terapeutów manualnych chcących rozszerzyć ofertę o techniki naturalnego odmładzania.
- Osób zainteresowanych wdrażaniem "zielonych kompetencji" w sektorze usług osobistych, poszukujących alternatyw dla inwazyjnych zabiegów estetycznych.
- Uczestników, którzy chcą połączyć tradycyjne techniki masażu z nowoczesnym podejściem proekologicznym (less waste w gabinecie).

### Minimalna liczba uczestników

1

### Maksymalna liczba uczestników

10

### Data zakończenia rekrutacji

24-07-2026

### 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 z uwzględnieniem zasad zrównoważonego rozwoju.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Definiuje znaczenie zrównoważonego rozwoju w branży beauty oraz charakteryzuje założenia filozofii masażu Kobido.	charakteryzuje wpływ zmian klimatu na funkcjonowanie gabinetu	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	uzasadnia rolę filozofii Kobido w pielęgnacji ekologicznej	Test teoretyczny
Stosuje zasady higieny pracy oraz ocenia rozwiązania ograniczające wpływ zabiegów na środowisko.	rozdziela materiały jednorazowe i ekologiczne alternatywy	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	ocenia sposoby ograniczania zużycia materiałów	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Obsługuje narzędzia cyfrowe oraz projektuje dokumentację klienta w sposób ekologiczny.	projektuje formularze (zgody, ankiety, karty)	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	uzasadnia zastosowanie narzędzi cyfrowych	Test teoretyczny
Obsługuje procedury zabiegowe oraz ocenia efektywność wykorzystania zasobów.	charakteryzuje techniki ograniczające zużycie produktów	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	przygotowuje cyfrowy formularz zgody	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Rozróżnia i charakteryzuje struktury anatomiczne twarzy, szyi i dekoltu oraz uzasadnia wpływ masażu na organizm.	rozdziela struktury anatomiczne	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	uzasadnia wpływ masażu na mikrokrążenie	Test teoretyczny
Charakteryzuje i stosuje techniki masażu oraz ocenia ergonomię pracy.	dobiera techniki masażu do potrzeb klienta	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	wykonuje ćwiczenia przygotowawcze	Test teoretyczny
Obsługuje pełną procedurę masażu Kobido oraz nadzoruje jej prawidłowy przebieg.	realizuje pełną sekwencję masażu	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	stosuje właściwą kolejność technik	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Rozróżnia reakcje klienta oraz ocenia i dostosowuje przebieg zabiegu.	rozdziela reakcje klienta	Test teoretyczny
	modyfikuje intensywność i tempo pracy	Test teoretyczny

# Kwalifikacje

## Kwalifikacje niewłączone do ZSK

### Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://my-ps.eu/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://my-ps.eu/>

### Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację

FUNDACJA MY PERSONALITY SKILLS

Nazwa Podmiotu certyfikującego

FUNDACJA MY PERSONALITY SKILLS

# Program

Szkolenie realizowane jest w wymiarze **20 godzin dydaktycznych (1 godz. = 45 min)**, w tym:

- 7 godzin zajęć teoretycznych
- 13 godzin zajęć praktycznych

## Dzień 1 – część teoretyczna i praktyczna 7 godzin dydaktycznych (1 godzina dydaktyczna = 45 minut)

### 1. Wprowadzenie do zrównoważonego rozwoju w branży beauty (Teoria)

- definicja zrównoważonego rozwoju
- wpływ zmian klimatu na funkcjonowanie gabinetu
- założenia filozofii masażu Kobido

### 2. Ekologiczne podejście w pracy gabinetu (Teoria)

- zasady higieny pracy
- materiały jednorazowe i ich ekologiczne alternatywy
- sposoby ograniczania zużycia zasobów

### 3. Dokumentacja i cyfryzacja w gabinecie (Teoria)

- tworzenie formularzy (zgody, ankiety, karty klienta)
- wykorzystanie narzędzi cyfrowych

- ograniczanie zużycia papieru

#### **4. Optymalizacja zabiegu i organizacja pracy (Teoria + Praktyka)**

- techniki ograniczające zużycie produktów
- efektywne zarządzanie zasobami
- organizacja stanowiska pracy

#### **5. Anatomia i fizjologia – podstawy (Praktyka)**

- struktury anatomiczne twarzy, szyi i dekoltu
- wpływ masażu na mikrokążenie i regenerację

## **Dzień 2 – część praktyczna 13 godzin dydaktycznych**

#### **6. Anatomia w praktyce (Praktyka)**

- lokalizacja struktur anatomicznych
- zastosowanie wiedzy w pracy manualnej

#### **7. Techniki masażu Kobido (Praktyka)**

- nauka i wykonanie pełnej sekwencji masażu
- dobór technik i intensywności pracy
- praca z tempem i rytmem
- ergonomia pracy terapeuty

#### **8. Dostosowanie zabiegu do klienta (Praktyka)**

- obserwacja reakcji klienta
- modyfikowanie intensywności i technik

#### **9. Techniki wspierające i relaksacyjne (Praktyka)**

- elementy akupresury
- techniki relaksacyjne i wyciszające
- praca z oddechem

#### **10. Walidacja efektów uczenia się (Walidacja - test teoretyczny)**

- test teoretyczny- obserwacja w warunkach rzeczywistych - prowadzący (podmiot zewnętrzny)
- wykonanie pełnej procedury masażu Kobido
- ocena pracy uczestnika

## **Sposób realizacji usługi**

- demonstracja - każda osoba posiada swoje stanowisko
- ćwiczenia praktyczne
- analiza przypadków
- test teoretyczny - walidacja

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 pozycji harmonogramu: 12

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 12</b> Moduł I – Wprowadzenie do zrównoważonego rozwoju w branży beauty (Teoria)	Julia Szczech	25-07-2026	09:00	11:00	02:00
<b>2 z 12</b> Moduł II – Ekologiczne podejście w pracy gabinetu (Teoria)	Julia Szczech	25-07-2026	11:00	12:00	01:00
<b>3 z 12</b> Moduł III - Dokumentacja i cyfryzacja w gabinecie (Teoria)	Julia Szczech	25-07-2026	12:00	13:00	01:00
<b>4 z 12</b> PRZERWA	Julia Szczech	25-07-2026	13:00	13:15	00:15
<b>5 z 12</b> Moduł IV – Optymalizacja zabiegu i organizacja pracy (Teoria )	Julia Szczech	25-07-2026	13:15	15:00	01:45
<b>6 z 12</b> Moduł V – Anatomia i fizjologia – podstawy (Praktyka)	Julia Szczech	25-07-2026	15:00	17:00	02:00
<b>7 z 12</b> Moduł VI – Anatomia w praktyce (Praktyka)	Julia Szczech	26-07-2026	09:00	13:00	04:00
<b>8 z 12</b> PRZERWA	Julia Szczech	26-07-2026	13:00	13:15	00:15
<b>9 z 12</b> Moduł VII – Techniki masażu Kobido (Praktyka)	Julia Szczech	26-07-2026	13:15	14:15	01:00
<b>10 z 12</b> Moduł VIII – Dostosowanie zabiegu do klienta (Praktyka)	Julia Szczech	26-07-2026	14:15	15:15	01:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>11 z 12</b> Moduł IX – Techniki wspierające i relaksacyjne (Praktyka)	-	26-07-2026	15:15	16:15	01:00
<b>12 z 12</b> Walidacja efektów uczenia się (Walidacja - test teoretyczny)	-	26-07-2026	16:15	17:15	01:00

## 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 kosmetyk 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 dydaktyczne łączy solidną wiedzę merytoryczną z intensywnym treningiem praktycznym (metodyka pokazowa i warsztatowa), co gwarantuje bezpieczeństwo i efektywność nauki. Jako propagator zrównoważonego rozwoju, instruktor uczy wdrażania postaw proekologicznych w pracy gabinetu, promując naturalne metody pielęgnacji oraz optymalizację zużycia surowców (zasada less waste), co stanowi kluczowy element nowoczesnych "zielonych kompetencji" w branży beauty.

Ostatnia aktualizacja wiedzy z zakresu technik masażu liftingującego oraz zielonych standardów w kosmetologii miała miejsce w lutym 2025 r.

## 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 Gorczowski, poziom -1.

### Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Bezpłatny parking

## Kontakt



**ANNA KLĘCZAR**

**E-mail** [ania\\_garus@onet.pl](mailto:ania_garus@onet.pl)

**Telefon** (+48) 723 783 182