



TZCOSMETICS
TOMASZ ZESZOT

★★★★★ 5,0 / 5

9 ocen

Szkolenie podologiczne- pedicure kosmetyczny z elementami podologii. Klamra tytanowa i techniki wspomagające terapię wrastającego i wkręcającego się paznokcia.

Numer usługi 2026/03/06/184867/3386982

📍 Stargard / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 20 h

📅 21.03.2026 do 22.03.2026

5 300,00 PLN brutto

5 300,00 PLN netto

265,00 PLN brutto/h

265,00 PLN netto/h

437,50 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia
Identyfikatory projektów	Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest do: • Osób wykonujących pedicure kosmetyczny, które chcą poszerzyć swoje kompetencje o zabiegi z zakresu podologii • Kosmetologów i techników usług kosmetycznych zainteresowanych wprowadzeniem do swojej oferty pracy skalpelem • Osób prowadzących lub planujących otwarcie gabinetów pedicure/podologicznych • Osoby prowadzące gabinety podologiczne, kosmetyczne lub zainteresowane poszerzeniem usług o specjalistyczne metody pracy przy wrastających paznokciach Usługa rozwojowa adresowana również dla Uczestników projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	4
Data zakończenia rekrutacji	20-03-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	20

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest nabycie przez uczestników umiejętności wykonywania zabiegów podologicznych z wykorzystaniem skalpela i dłuta. Uczestnik szkolenia nabędzie wiedzę i praktyczne umiejętności w zakresie stosowania klamer tytanowych oraz technik wspomagających terapię wrastających i wkręcających się paznokci. Szkolenie ma charakter praktyczny z elementami teorii.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Prawidłowo organizuje stanowisko do pracy podologicznej zgodnie z zasadami BHP	Poprawnie przygotowane stanowisko, zgodne z zasadami higieny	Test teoretyczny
	Rozróżnia preparaty i materiały niezbędne do wykonania zabiegu podologicznego	Test teoretyczny
	Uczestnik szkolenia wyjaśnia jak przechowywać materiały skażone wytwarzane podczas zabiegu	Test teoretyczny
	Organizuje niezbędne materiały oraz narzędzia do zabiegu podologicznego	Test teoretyczny
	Przeprowadza prawidłowo wywiad z pacjentem	Test teoretyczny
Wykonuje zabieg podologiczny z wykorzystaniem skalpela i dłuta.	Sterylizuje i dezynfekuje narzędzia	Test teoretyczny
	Przeprowadza prawidłowo zabieg podologiczny – w zakresie pękających pięt i odcisków, zmian na stopach oraz pracuje ze skalpelem	Test teoretyczny
	Opracowuje holistyczną pielęgnację pozabiegową promując świadomość proekologiczną wśród klientów	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik szkolenia charakteryzuje czym jest zabieg podologiczny	Definiuje wskazania i przeciwwskazania do wykonania zabiegu podologicznego	Test teoretyczny
	Rozróżnia preparaty i materiały niezbędne do wykonania zabiegu podologicznego	Test teoretyczny
	Definiuje podstawy funkcjonowania gabinetu	Test teoretyczny
	Uczestnik szkolenia wyjaśnia jak przechowywać materiały skażone wytwarzane podczas zabiegu	Test teoretyczny
Dobiera odpowiedni rodzaj klamry tytanowej do problemu paznokcia	Stosuje wskazania i przeciwwskazania rozpoznane zgodnie z obrazem klinicznym	Test teoretyczny
	Dobiera rodzaju i rozmiaru klamry do kształtu i stopnia deformacji płytki	Test teoretyczny
	Uzasadnia decyzje w kontekście bezpieczeństwa pacjenta i efektywności terapii	Test teoretyczny
Aplikuje klamrę tytanową na płytkę paznokciową	charakteryzuje sposób przygotowania płytki paznokciowej	Test teoretyczny
	objaśnia etapy aplikacji klamry tytanowej	Test teoretyczny
Opracowuje zalecenia pozabiegowe i profilaktyczne	przygotowanie zaleceń dotyczących pielęgnacji pozabiegowej	Test teoretyczny
	edukacja pacjenta w zakresie profilaktyki wrastających paznokci	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

1. Adresaci szkolenia (grupa docelowa)

Szkolenie adresowane jest do osób, które posiadają podstawową wiedzę z zakresu pracy ze stopą lub planują rozwój w kierunku podologii:

- podologów i kosmetologów rozszerzających ofertę o zabiegi specjalistyczne,
- osób przygotowujących się do zawodu podologa,
- właścicieli i pracowników gabinetów podologicznych oraz kosmetycznych,
- studentów kierunków medycznych i kosmetycznych,
- osób prowadzących lub planujących otwarcie gabinetów pedicure/podologicznych,
- praktyków chcących uzupełnić wiedzę i umiejętności o aspekty zielonych kompetencji oraz zrównoważonego rozwoju w gabinecie podologicznym.

2. Warunki organizacyjne realizacji szkolenia

Szkolenie realizowane jest w formie **stacjonarnej**, w kameralnej grupie, co zapewnia indywidualny nadzór instruktorski i wysoki poziom bezpieczeństwa pracy.

- **Liczba uczestników:** od 2 do 4 osób
- **Forma pracy:** indywidualna praca uczestnika pod bezpośrednim nadzorem trenera
- **Stanowiska pracy:**
 - na każdego uczestnika przypada w pełni wyposażone stanowisko podologiczne,
 - na jedno stanowisko przypada maksymalnie dwóch uczestników,
 - każdy uczestnik wykonuje procedury samodzielnie.

Wyposażenie stanowiska:

- fotel lub leżanka podologiczna,
- frezarka podologiczna, narzędzia ręczne, skalpele, frezy,
- preparaty i produkty zabiegowe zgodne ze standardami gabinetu podologicznego,
- środki dezynfekcji, sterylizacji oraz środki ochrony osobistej (rękawice, maseczki, fartuchy).
- **Modele do zajęć praktycznych:**
 - zabiegi wykonywane są na modelach dobranych do konkretnych przypadków podologicznych wymaganych do realizacji programu szkolenia,
 - każdy uczestnik wykonuje procedury podologiczne zgodnie z zakresem programu

3. Organizacja walidacji efektów uczenia się

Walidacja efektów uczenia się jest integralną częścią szkolenia i została zaplanowana w sposób zgodny z wymaganiami BUR.

Metoda walidacji:

- test wiedzy teoretycznej

Zakres testu obejmuje:

- zasady BHP w gabinecie podologicznym,
- podstawy anatomii i patologii skóry, stopy i aparatu paznokciowego,
- rozpoznawanie zmian chorobowych paznokci i skóry stóp,
- podstawy terapii wrastającego i wkręcającego się paznokcia
- dobór procedur i produktów zabiegowych w pedicure podologicznym.

Kryterium zaliczenia:

- uzyskanie minimum 60% poprawnych odpowiedzi.

Pozytywny wynik walidacji stanowi podstawę do wydania certyfikatu ukończenia szkolenia.

4. Informacja organizacyjna do harmonogramu

- szkolenie realizowane jest w **godzinach dydaktycznych** (1 godzina = 45 minut),
- przerwy organizacyjne nie są wliczone w czas trwania szkolenia,
- całkowity czas szkolenia: 20 **godzin dydaktycznych**, w tym:
- część teoretyczna – 6 godzin,
- część praktyczna – 14 godzin (warsztaty na modelach + walidacja).

Program szkolenia: Szkolenie podologiczne- pedicure kosmetyczny z elementami podologii. Klamra tytanowa i techniki wspomagające terapię wrastającego i wkręcającego się paznokcia.

DZIEŃ 1 – PRACA SKALPELEM I DŁUTEM

CZĘŚĆ TEORETYCZNA (3 godziny dydaktyczne)

1. Zasady BHP na stanowisku pracy podologicznej
 - Ciąg dekontaminacyjny – dezynfekcja i sterylizacja narzędzi
 - zasady BHP i wymogi sanitarne
1. Anatomia i fizjologia skóry:
 - Budowa skóry stóp i jej funkcje
 - Patologie: hiperkeratozy, modzele, odciski, pękające pięty
1. Wskazania i przeciwwskazania do pracy skalpelem i dłutem
2. Omówienie zabiegów
 - Zabieg z użyciem skalpela
 - Skin polishing – cel i zastosowanie
 - Praca pododyskiem – funkcja i zastosowanie

CZĘŚĆ PRAKTYCZNA (7 godzin dydaktycznych)

1. Organizacja stanowiska zgodnie z zasadami higieny
2. Praca skalpelem – ćwiczenia na fantomach (np. owoce)
3. Praca dłutem i frezarką
4. Opracowanie pięt, odcisków, modzeli, hiperkeratoz na modelkach
5. Zastosowanie keratolityków i dobór do konkretnego przypadku
6. Zabieg **Skin polishing** jako etap końcowy
7. Praktyka z użyciem pododysków

DZIEŃ 2 – Klamry tytanowe i techniki wspomagające (10 godzin dydaktycznych)

Część teoretyczna (3 godz.)

- Zasady bezpieczeństwa i higieny pracy w gabinecie podologicznym – wymogi sanepidu.
- Dezynfekcja i sterylizacja narzędzi – myjka ultradźwiękowa, autoklaw (parametry, zasada działania).
- Wywiad z pacjentem – analiza stóp, wypełnianie karty pacjenta, techniki rozmowy, metody pomocy.
- Materiałoznawstwo – rodzaje klamer tytanowych, pasków retencyjnych i klamer łańcuszkowych dostępnych na rynku.

Część praktyczna (7 godz.)

- Przygotowanie stanowiska pracy zgodnie z zasadami BHP i ekologii.
- Technika naklejania i aplikacja klamry tytanowej – przygotowanie płytki, stabilizacja, omówienie błędów.
- Terapie wspomagające: pasek retencyjny i klamra łańcuszkowa – zastosowanie w praktyce.
- Opieka nad pacjentem i ocena efektów zabiegu.
- Dobór dermokosmetyków PHARMFOOT do terapii wrastających paznokci.

WALIDACJA I ZAKOŃCZENIE

1. Podsumowanie praktyki i omówienie prac uczestników, sesja Q&A

- 2. Test wiedzy teoretycznej
- 3. Omówienie wyników, rozdanie certyfikatów
- 4. Zakończenie szkolenia, ankieta ewaluacyjna

CAŁKOWITY CZAS SZKOLENIA:

20 godzin dydaktycznych, w tym część teoretyczna 6 godzin i część praktyczna 14 godzin. 1 godzina dydaktyczna= 45 minut.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 8

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 8 Wprowadzenie, zasady BHP, anatomia skóry wskazania i przeciwwskazania do zabiegu	TOMASZ ZESZOT	21-03-2026	08:00	08:45	00:45
2 z 8 Teoria zabiegów: skalpel, dłuto, skin polishing, pododysk	TOMASZ ZESZOT	21-03-2026	08:45	10:15	01:30
3 z 8 Ćwiczenia praktyczne: technika pracy skalpelem i dłutem	TOMASZ ZESZOT	21-03-2026	10:15	12:00	01:45
4 z 8 Ćwiczenia praktyczne: usuwanie hiperkeratoz, praca frezarką, pododyskiem.	TOMASZ ZESZOT	21-03-2026	12:00	15:30	03:30
5 z 8 Zasady BHP w gabinecie, materiałoznawstwo, wskazania i przeciwwskazania do zabiegu kłamrami tytanowymi.	TOMASZ ZESZOT	22-03-2026	08:00	10:15	02:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 8 Ćwiczenia na fantomach z aplikacji klamry tytanowej, paska retencyjnego i klamry łańcuszkowej.	TOMASZ ZESZOT	22-03-2026	10:15	11:45	01:30
7 z 8 Ćwiczenia praktyczne: zabieg z wykorzystaniem klamry tytanowej na pacjentach	TOMASZ ZESZOT	22-03-2026	11:45	15:00	03:15
8 z 8 Walidacja i zakończenie	-	22-03-2026	15:00	15:30	00:30

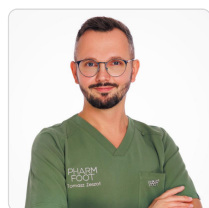
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 300,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 300,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	265,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	265,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

TOMASZ ZESZOT

Prowadzę profesjonalną działalność w zakresie podologii i kosmetologii, koncentrując się na kompleksowej opiece nad zdrowiem i estetyką stóp. Moj gabinet w Stargardzie – TZPodologia – to miejsca, w których pacjenci otrzymują indywidualne wsparcie, skuteczne terapie podologiczne oraz najwyższy standard usług.

Od 15 lat jako praktyk oraz kosmetolog, podolog specjalizuję się w terapii skóry suchej, terapii hiperkeratoz, terapii zmian chorobowych płytki paznokciowej (m.in. onycholiza, grzybica,

onychogryfoza) oraz w profesjonalnym usuwaniu brodawek wirusowych. Stawiam na interdyscyplinarne podejście, łącząc wiedzę medyczną, kosmetologiczną i podologiczną. Jako instruktor i szkoleniowiec marki Pharm Foot przekazuję swoją wiedzę i doświadczenie zarówno początkującym, jak i zaawansowanym specjalistom branży beauty i podologii. Prowadzę szkolenia stacjonarne i warsztaty praktyczne z zakresu:

- Podstaw pedicure kosmetycznego i podologicznego.
- Pracy ze skalpelem, dłutem i frezarką
- Opracowywania paznokci zmienionych chorobowo.
- Terapii na brodawki wirusowe
- Technik ortonykcyjnych i terapii paznokcia wkręcającego się i wrastającego.
- Terapie skóry i paznokci z użyciem dermokosmetyków.
- Profilaktyki stopy cukrzycowej i pielęgnacji skóry wrażliwej.

Doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia szczegółowych danych dotyczących oferowanej usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik w ramach szkolenia otrzyma:

- skrypt szkoleniowy
- podręcznik szkoleniowy
- broszury informacyjne

Zawarto umowę z Wojewódzkim Urzędem Pracy w Szczecinie na świadczenie usług rozwojowych z wykorzystaniem elektronicznych bonów szkoleniowych w ramach projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe

Warunki uczestnictwa

W przypadku uczestnictwa w usłudze osoby z niepełnosprawnością dostawca usługi zapewni realizację usługi rozwojowej uwzględniając potrzeby osób z niepełnosprawnościami (w tym również dla osób ze szczególnymi potrzebami) zgodnie ze Standardami dostępności dla polityki spójności 2021-2027.

Adres

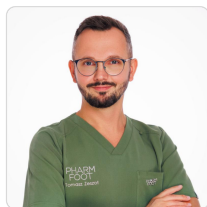
ul. Hetmana Stefana Czarnieckiego 3/6
73-110 Stargard
woj. zachodniopomorskie

Gabinet TZPodologia Tomasz Zeszot położony w centrum Stargardu.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Bezpłatny parking, toaleta przystosowana dla osób niepełnosprawnych.

Kontakt



TOMASZ ZESZOT

E-mail tzpodologia@gmail.com

Telefon (+48) 518 555 991