



Akademia Zdrowia Holistycznego I: Specjalista Refleksologii Twarzy, Stóp i Dłoni w Praktyce Terapeutycznej

Numer usługi 2026/03/13/11779/3403392

5 000,00 PLN brutto
5 000,00 PLN netto
125,00 PLN brutto/h
125,00 PLN netto/h
583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Stowarzyszenie

Dolnośląski

Inkubator

Przedsiębiorczości

★★★★★ 4,9 / 5

6 934 oceny

📍 Świdnica

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 40:00 h

📅 08.05.2026 do 17.05.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób zainteresowanych naturalnymi metodami wspierania zdrowia i dobrostanu, które chcą zdobyć wiedzę oraz praktyczne umiejętności w zakresie refleksologii stóp, dłoni oraz twarzy i głowy. Uczestnikami mogą być zarówno osoby planujące rozwój zawodowy w obszarze terapii naturalnych, jak i osoby chcące wykorzystać zdobyte kompetencje w pracy z innymi lub w codziennej praktyce dbania o zdrowie.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

6

Data zakończenia rekrutacji

07-05-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

40

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

Szkolenie przygotowuje uczestników do świadomego i praktycznego stosowania technik refleksologii stóp, dłoni oraz twarzy i głowy w działaniach wspierających zdrowie, relaksację i dobrostan. Uczestnicy zdobędą wiedzę na temat podstaw refleksologii, map refleksologicznych oraz wskazań i przeciwwskazań do wykonywania zabiegów, a także rozwiną umiejętności wykonywania podstawowych technik pracy na poszczególnych strefach refleksologicznych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza: Opisuje podstawy refleksologii stóp, dłoni oraz twarzy i głowy oraz ich znaczenie w działaniach wspierających zdrowie i relaksację.	wymienia podstawowe założenia refleksologii oraz jej zastosowanie	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Wiedza: Identyfikuje strefy refleksologiczne na stopach, dłoniach oraz twarzy i głowie.	wskazuje podstawowe strefy refleksologiczne na mapach refleksologicznych	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Umiejętności: Omawia techniki stosowane w refleksologii stóp.	wymienia podstawowe techniki refleksologii stóp	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Umiejętności: Opisuje techniki refleksologii dłoni i ramion stosowane w działaniach relaksacyjnych.	wskazuje techniki stosowane w refleksologii dłoni i ramion	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Umiejętności: Charakteryzuje przebieg zabiegu refleksologii twarzy i głowy.	wskazuje kolejne etapy zabiegu refleksologii twarzy i głowy	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Kompetencje społeczne: Wyjaśnia znaczenie zapewniania komfortu i bezpieczeństwa osoby korzystającej z zabiegu refleksologicznego.	wskazuje zasady zapewniania komfortu i bezpieczeństwa podczas zabiegu	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Kompetencje społeczne: Opisuje znaczenie empatii i odpowiedniej komunikacji w pracy z osobą korzystającą z zabiegów refleksologicznych.	wymienia zasady komunikacji sprzyjające budowaniu poczucia bezpieczeństwa podczas zabiegu	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

Refleksologia stóp – poziom podstawowy (dzień 1)

Moduł 1 Wprowadzenie do refleksologii stóp.

- historia i podstawy refleksologii
- zasady działania terapii refleksologicznej
- mapa refleksologiczna stóp

Moduł 2. Anatomia stopy w kontekście refleksologii.

- strefy refleksologiczne
- lokalizacja najważniejszych punktów na stopie

Moduł 3. Podstawowe techniki refleksologiczne – demonstracja i ćwiczenia praktyczne.

Moduł 4. Ćwiczenia praktyczne w parach.

- opracowanie poszczególnych stref stopy
- prawidłowa technika ucisku i pracy dłoni

Refleksologia stóp – poziom podstawowy (dzień 2)

Moduł 5. Powtórzenie technik z dnia poprzedniego, omówienie doświadczeń uczestników.

Moduł 6. Pełna procedura zabiegu refleksologii stóp – demonstracja i ćwiczenia.

Moduł 7. Praca na wybranych układach organizmu.

- układ trawienny
- układ hormonalny
- układ nerwowy

Moduł 8. Ćwiczenia praktyczne – pełny zabieg refleksologii stóp.

Moduł 9. Podsumowanie dnia szkoleniowego, pytania uczestników.

Refleksologia dłoni i ramion (dzień 3)

Moduł 10. Wprowadzenie do refleksologii dłoni i ramion.

Moduł 11. Mapa refleksologiczna dłoni – omówienie punktów refleksologicznych

Moduł 12. Techniki pracy na dłoniach i przedramionach – demonstracja.

Moduł 13. Ćwiczenia praktyczne – techniki refleksologii dłoni.

Moduł 14. Refleksologia ramion – techniki i zastosowanie.

Moduł 15. Ćwiczenia praktyczne i podsumowanie dnia szkoleniowego.

Refleksologia twarzy i głowy (dzień 4)

Moduł 16. Wprowadzenie do refleksologii twarzy i głowy.

Moduł 17. Omówienie wskazań i przeciwwskazań do zabiegu

Moduł 18. Techniki pracy na twarzy – demonstracja.

Moduł 19. Ćwiczenia praktyczne – opracowanie stref refleksyjnych twarzy.

Moduł 20. Techniki refleksologii głowy – ćwiczenia praktyczne.

Refleksologia twarzy i głowy (dzień 5)

Moduł 21. Pełna procedura zabiegu refleksologii twarzy i głowy.

Moduł 22. Zastosowanie refleksologii twarzy i głowy w praktyce terapeutycznej.

Moduł 23. Ćwiczenia praktyczne – pełna sesja refleksologii twarzy i głowy.

Walidacja - test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Metody szkoleniowe: Szkolenie zostanie przeprowadzone metodami interaktywnymi i aktywizującymi (umożliwiającymi uczenie się w oparciu o doświadczenie i pozwalającymi uczestnikom na ćwiczenie umiejętności). Metody przewidziane w procesie szkoleniowym to:

- 1) prezentacja, w tym z wykorzystaniem narzędzi interaktywnych –wprowadzenia do zagadnień lub podsumowania poszczególnych części, porządkujące wiedzę;
- 2) mini-wykłady prowadzące do działań warsztatowych;
- 3) gry symulacyjne, mające na celu odwzorowanie sytuacji planowania, zarządzania celami w projektach, nadzorowania harmonogramów;
- 4) praca w podgrupach, burza mózgów, mapa myśli i mapa przeszkód, metoda 635, scenki rodzajowe.

Prowadzenie aktywnego dialogu z grupą, zbieranie na bieżąco informacji zwrotnych, identyfikacja i reagowanie na potrzeby grupy szkoleniowej zarówno na początku jak i w trakcie procesu szkoleniowego. Zadawanie pytań otwartych podczas całego procesu szkoleniowego.

Wybrana metoda walidacji: test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie, który będzie obejmował sprawdzenie wszystkich nabytych efektów nauczania

Szkolenie realizowane w godzinach zegarowych, przerwy wliczone w czas szkolenia.

40 h szkolenia: w tym 24 godziny zajęć praktycznych, 12 godzin zajęć teoretycznych, 3 godziny 45 minut stanowią przerwy, oraz 15 minut czasu przeznaczony jest na proces walidacji

Po zakończeniu usługi uczestnik otrzymuje odpowiednie zaświadczenie/ certyfikat, a warunkiem jego uzyskania jest uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć usługi rozwojowej oraz zaliczenie zajęć w formie testu - 80% poprawnych odpowiedzi.

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.

Karta usługi przygotowana została zgodnie z obowiązującym Regulaminem BUR m.in. w zakresie powierzenia usług.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 29

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 29 Moduł 1 Wprowadzenie do refleksologii stóp.	Kamila Marciniak	08-05-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 29 Moduł 2. Anatomia stopy w kontekście refleksologii.	Kamila Marciniak	08-05-2026	11:00	13:00	02:00
3 z 29 Przerwa	Kamila Marciniak	08-05-2026	13:00	13:45	00:45
4 z 29 Moduł 3. Podstawowe techniki refleksologiczne – demonstracja i ćwiczenia praktyczne.	Kamila Marciniak	08-05-2026	13:45	15:30	01:45
5 z 29 Moduł 4. Ćwiczenia praktyczne w parach	Kamila Marciniak	08-05-2026	15:30	17:00	01:30
6 z 29 Moduł 5. Powtórzenie technik z dnia poprzedniego, omówienie doświadczeń uczestników.	Kamila Marciniak	09-05-2026	09:00	11:00	02:00
7 z 29 Moduł 6. Pełna procedura zabiegu refleksologii stóp – demonstracja i ćwiczenia.	Kamila Marciniak	09-05-2026	11:00	13:00	02:00
8 z 29 Przerwa	Kamila Marciniak	09-05-2026	13:00	13:45	00:45
9 z 29 Moduł 7. Praca na wybranych układach organizmu.	Kamila Marciniak	09-05-2026	13:45	15:00	01:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 29 Moduł 8. Ćwiczenia praktyczne – pełny zabieg refleksologii stóp.	Kamila Marciniak	09-05-2026	15:00	16:30	01:30
11 z 29 Moduł 9. Podsumowanie dnia szkoleniowego, pytania uczestników.	Kamila Marciniak	09-05-2026	16:30	17:00	00:30
12 z 29 Moduł 10. Wprowadzenie do refleksologii dłoni i ramion.	Kamila Marciniak	10-05-2026	09:00	09:30	00:30
13 z 29 Moduł 11. Mapa refleksologiczna dłoni – omówienie punktów refleksologicznych.	Kamila Marciniak	10-05-2026	09:30	11:00	01:30
14 z 29 Moduł 12. Techniki pracy na dłoniach i przedramionach – demonstracja.	Kamila Marciniak	10-05-2026	11:00	13:00	02:00
15 z 29 Przerwa	Kamila Marciniak	10-05-2026	13:00	13:45	00:45
16 z 29 Moduł 13. Ćwiczenia praktyczne – techniki refleksologii dłoni.	Kamila Marciniak	10-05-2026	13:45	15:30	01:45
17 z 29 Moduł 14. Refleksologia ramion – techniki i zastosowanie.	Kamila Marciniak	10-05-2026	15:30	16:30	01:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
18 z 29 Moduł 15. Ćwiczenia praktyczne i podsumowanie dnia szkoleniowego.	Kamila Marciniak	10-05-2026	16:30	17:00	00:30
19 z 29 Moduł 16. Wprowadzenie do refleksologii twarzy i głowy.	Kamila Marciniak	16-05-2026	09:00	09:30	00:30
20 z 29 Moduł 17. Omówienie wskazań i przeciwwskazań do zabiegu	Kamila Marciniak	16-05-2026	09:30	11:00	01:30
21 z 29 Moduł 18. Techniki pracy na twarzy – demonstracja.	Kamila Marciniak	16-05-2026	11:00	13:00	02:00
22 z 29 Przerwa	Kamila Marciniak	16-05-2026	13:00	13:45	00:45
23 z 29 Moduł 19. Ćwiczenia praktyczne – opracowanie stref refleksyjnych twarzy.	Kamila Marciniak	16-05-2026	13:45	15:30	01:45
24 z 29 Moduł 20. Techniki refleksologii głowy – ćwiczenia praktyczne.	Kamila Marciniak	16-05-2026	15:30	17:00	01:30
25 z 29 Moduł 21. Pełna procedura zabiegu refleksologii twarzy i głowy.	Kamila Marciniak	17-05-2026	09:00	13:00	04:00
26 z 29 Przerwa	Kamila Marciniak	17-05-2026	13:00	13:45	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
27 z 29 Moduł 22. Zastosowanie refleksologii twarzy i głowy w praktyce terapeutycznej.	Kamila Marciniak	17-05-2026	13:45	15:00	01:15
28 z 29 Moduł 23. Ćwiczenia praktyczne – pełna sesja refleksologii twarzy i głowy.	Kamila Marciniak	17-05-2026	15:00	16:45	01:45
29 z 29 Walidacja - test teoretyczny z wynikami generowanym automatycznie	Kamila Marciniak	17-05-2026	16:45	17:00	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 000,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	125,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	125,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Kamila Marciniak

Dyplomowana refleksolożka, specjalistka i pasjonatka refleksologii stóp, rąk oraz twarzy i głowy, która swoją wiedzę i umiejętności zdobywała w Polskim Instytucie Refleksologii. Jako trenerka bazuje na solidnych fundamentach merytorycznych, posiadając certyfikaty ukończenia kursu

refleksologii stóp metodą INGHAM na Poziomie I (marzec 2023) oraz Poziomie II (2023). Jej kompetencje obejmują również specjalistyczne szkolenie z zakresu refleksologii rąk „Nasze ręce w pracy z refleksologią” (2023) oraz refleksologii twarzy i głowy na Poziomie I (sierpień 2025). W swojej praktyce dydaktycznej Kamila występuje jako praktyk Tradycyjnej Chińskiej Medycyny i metod naturalnych Dalekiego Wschodu, promując holistyczne podejście do zdrowia, które często wzbogaca o techniki aromaterapii. Skupia się na przekazywaniu wiedzy o przywracaniu ciała harmonii oraz aktywowaniu naturalnych mechanizmów samoregulacji organizmu. Jej podejście dydaktyczne kładzie nacisk na wysoką dbałość o szczegóły oraz zrozumienie wpływu refleksologii na układ nerwowy, krążenie krwi i limfy oraz ogólną równowagę energetyczną.

Posiada 120 godzinne doświadczenie w prowadzeniu szkoleń o podobnej tematyce dla osób dorosłych w ostatnich dwóch latach (24 miesiącach) wstecz od dnia rozpoczęcia szkolenia.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały w wersji elektronicznej oraz papierowej m.in. prezentacja oraz skrypt.

Informacje dodatkowe

Uczestnicy po ukończonym szkoleniu otrzymują zaświadczenia.

W trakcie szkolenia przewidziano przerwy kawowe.

Wymagane 80% obecności.

Proces walidacji zostanie przeprowadzony zgodnie z wymaganiami BUR tj. nastąpi proces rozdzielenia funkcji osoby prowadzącej szkolenie oraz weryfikującej efekty nauczania. Trener nie uczestniczy w procesie walidacji i nie weryfikuje odpowiedzi, w związku z tym jest zachowana rozdzielność procesów edukacji i walidacji.

Po zakończonej usłudze następuje ocena poprzez wypełnienie ankiety wewnętrznej oraz ankiety w BUR.

Adres

ul. Rynek 1A
58-100 Świdnica
woj. dolnośląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



KAROLINA STECIUK

E-mail k.steciuk@dolnoslaskiinkubator.pl

Telefon (+48) 797 730 857