



BEAUTY DESIGN
MATEUSZ
WIECZOREK

★★★★★ 4,9 / 5

243 oceny

Harmonia Twarzy – Lifting i Rozluźnienie Mięśni w terapiach manualnych - szkolenie zaawansowane MasterClass

Numer usługi 2026/03/22/164624/3426556

- 📍 Warszawa
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📄 stacjonarna
- 🕒 16:00 h
- 📅 15.05.2026 do 15.05.2026

4 500,00 PLN brutto
4 500,00 PLN netto
281,25 PLN brutto/h
281,25 PLN netto/h
583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia
Grupa docelowa usługi	Szkolenie dedykowane osobom, chcącym podnieść swoje kwalifikacje w zakresie zabiegów Kosmetologii oraz zdobyć umiejętności niezbędne do wykonywania zabiegów z użyciem zaawansowanych procedur obejmujących precyzyjne - manualne podanie preparatów i techniki masażu modelującego i relaksującego mięśnie twarzy.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	4
Data zakończenia rekrutacji	14-05-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	16
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 do samodzielnej realizacji zabiegów kosmetycznych z użyciem zaawansowanych procedur obejmujących precyzyjne manualne podanie preparatów oraz techniki masażu modelującego i relaksującego mięśnie twarzy. Procedury zabiegowe wykonywane są w sposób bezpieczny i dopasowany do indywidualnych potrzeb klienta.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Uczestnik(-czka) omawia manualne procedury podaży preparatów oraz techniki masażu modelującego i relaksującego mięśnie twarzy</p>	<ul style="list-style-type: none"> – charakteryzuje techniki, preparaty i materiały stosowane podczas zabiegu z użyciem manualne procedury podaży preparatów oraz techniki masażu modelującego i relaksującego i relaksującego mięśnie twarzy – definiuje zasady bezpieczeństwa związane z wykonywaniem zabiegu rewitalizacji skóry twarzy – uzasadnia dobór konkretnej metody zabiegowej rewitalizacji skóry twarzy – omawia spodziewany efekt zabiegu 	<p>Wywiad swobodny</p>
<p>– poprawnie przeprowadza zabieg z użycie manualnych procedur podaży preparatów oraz technik masażu modelującego i relaksującego mięśnie twarzy</p>	<ul style="list-style-type: none"> – organizuje funkcjonalne stanowisko pracy przy użyciu manualnych procedur podaży preparatów oraz techniki masażu modelującego i relaksującego mięśnie twarzy – przygotowuje narzędzia i preparaty do wykonania zabiegu – ocenia możliwość wykonania zabiegu – w zależności do potrzeb klienta projektuje odpowiednie techniki masażu z doбором odpowiednich składników aktywnych modelującego i relaksującego mięśnie twarzy – poprawnie przeprowadza zabieg – monitoruje przebieg zabiegu – ocenia efekty zabiegu 	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>– definiuje zasady profesjonalnej obsługi klienta, przy zabiegach z użyciem manualnych procedury podaży preparatów oraz technik masażu modelującego i relaksującego mięśnie twarzy - zgodnie z kodeksem etyki zawodowej</p>	<p>– przeprowadza wywiad z klientem dotyczący jego stanu zdrowia</p> <p>– pomaga wypełnić kartę informacyjną dotyczącą przeprowadzenia zabiegu z użyciem manualnych procedur podaży preparatów oraz techniki masażu modelującego i podnoszącego owal twarzy.</p> <p>– w rozmowie bada potrzeby klienta i poznaje jego oczekiwania związane z zabiegami</p> <p>– omawia zasady etyki zawodowej w pracy kosmetologa (m.in. uczciwość, dyskrecję, uprzejmość, staranność, dokładność, punktualność, kulturę osobistą)</p>	<p>Wywiad swobodny</p> <p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>– omawia zasady BHP obowiązujące w gabinecie kosmetycznym</p>	<p>– przestrzega zasad bezpieczeństwa i higieny pracy przed, w trakcie i po wykonaniu zabiegu w procedurze kosmetycznej</p> <p>– przestrzega procedur związanych z dezynfekcją i sterylizacją miejsca pracy w gabinecie kosmetycznym</p>	<p>Wywiad swobodny</p> <p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>– charakteryzuje aspekty prawne związane z przeprowadzeniem zabiegów z zakresu Kosmetyki przy użyciu manualnych procedur podaży preparatów oraz technik masażu modelującego i relaksującego mięśnie twarzy</p>	<p>– referuje przepisy prawne regulujące wykonywanie zabiegów z użyciem manualnych procedur podaży preparatów oraz techniki masażu modelującego i relaksującego mięśnie twarzy</p>	<p>Wywiad swobodny</p>

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

Szkolenie dedykowane osobom, chcącym podnieść swoje kwalifikacje w zakresie zabiegów Kosmetologii oraz zdobyć umiejętności niezbędne do wykonywania zabiegów z użyciem zaawansowanych procedur obejmujących precyzyjne - manualne podanie preparatów i techniki masażu modelującego i relaksującego mięśnie twarzy.

Harmonia Twarzy – Lifting i Rozluźnienie Mięśni w terapiach manualnych - szkolenie zaawansowane MasterClass

to wyjątkowy program łączący wiedzę z zakresu anatomii twarzy, terapii manualnych oraz świadomej pracy z mięśniami twarzy. Techniki wykorzystywane podczas szkolenia pozwalają na naturalny lifting, rozluźnienie napięć mięśniowych, wygładzenie zmarszczek oraz poprawę owalu twarzy bez ingerencji inwazyjnych zabiegów.

Program oparty jest na **nowoczesnym podejściu do terapii twarzy**, w którym kluczową rolę odgrywa **manualna praca z mięśniami, powięziami oraz tkankami twarzy, wsparta odpowiednio dobranymi preparatami aktywnymi.**

Dzięki zdobytym umiejętnościom uczestnicy nauczą się:

- przywracać naturalną równowagę mięśni twarzy
- poprawiać mikrokrążenie i dotlenienie skóry
- redukować napięcia odpowiedzialne za powstawanie zmarszczek mimicznych
- modelować owal twarzy i poprawiać jej kontur
- wykonywać liftingujący masaż twarzy w sposób świadomy i terapeutyczny

Szkolenie jest idealne dla osób pracujących w Branży Beauty, które chcą rozszerzyć swoją ofertę o naturalne terapie liftingujące o wysokiej skuteczności i relaksacyjnym charakterze.

Część teoretyczna – fundament świadomej, skutecznej terapii

Podczas części teoretycznej uczestnicy poznają fundamenty pracy z twarzą w terapii manualnej.

Anatomia i fizjologia twarzy

- budowa mięśni mimicznych
- układ powięziowy twarzy
- mechanizmy powstawania zmarszczek mimicznych
- napięcia mięśniowe wpływające na zmianę owalu twarzy

Starzenie się skóry

- procesy starzenia biologicznego i środowiskowego
- utrata jędrności i elastyczności skóry
- rola napięcia mięśniowego w powstawaniu zmarszczek

Składniki aktywne wspierające terapię manualną

Omówienie działania i zastosowania składników aktywnych stosowanych podczas masażu:

- kwas hialuronowy – intensywne nawilżenie i poprawa elastyczności skóry
- peptydy biomimetyczne – wspieranie procesów regeneracyjnych i liftingujących
- kolagen i elastyna – poprawa sprężystości skóry
- witamina C – działanie antyoksydacyjne i rozświetlające
- niacynamid – wzmacnianie bariery hydrolipidowej
- oleje roślinne (np. jojoba, migdałowy, arganowy) – poślizg masażowy i odżywienie skóry

Preparaty stosowane w terapii

- oleje do masażu liftingującego
- serum aktywne
- maski regenerujące i liftingujące
- preparaty zwiększające poślizg podczas pracy manualnej

Dobór preparatów do typu skóry.

- skóra dojrzała
- skóra odwodniona
- skóra wrażliwa
- skóra z utratą jędrności

Część praktyczna – precyzja, technika i realne efekty

Część praktyczna koncentruje się na nauce manualnych technik liftingujących i rozluźniających mięśnie twarzy.

Przygotowanie skóry do terapii

1. demakijaż i oczyszczanie skóry
2. tonizacja i przywrócenie równowagi pH
3. aplikacja serum aktywnego
4. dobór preparatu do masażu (olej / krem masażowy)

Techniki nakładania preparatów

- aplikacja liftingującego serum wzdłuż linii mięśniowych
- techniki wtłaczania składników aktywnych
- rozprowadzanie preparatów zgodnie z kierunkiem drenażu limfatycznego

Techniki manualne stosowane podczas masażu

Uczestnicy nauczą się technik obejmujących:

1. Techniki rozluźniające mięśnie mimiczne

- rozluźnianie mięśnia okrężnego ust
- rozluźnianie mięśni policzkowych
- techniki redukujące napięcia w obrębie czoła

1. Techniki liftingujące

- modelowanie owalu twarzy
- unoszenie policzków
- lifting łuku brwiowego

1. Techniki powięziowe

- praca na tkankach głębokich
- mobilizacja powięzi twarzy
- poprawa elastyczności tkanek

1. Techniki drenażowe

- pobudzenie mikrokążenia
- redukcja obrzęków
- usprawnienie przepływu limfy

Elementy zabiegu – przebieg masażu z wykorzystaniem składników aktywnych

1. Demakijaż i wstępne oczyszczanie skóry

Cel: usunięcie makijażu, sebum i zanieczyszczeń.

Preparat:

- mleczko lub olejek do demakijażu zawierający pantenol, alantoinę oraz olej migdałowy

Technika:

- delikatne ruchy okrężne opuszkami palców
- ruchy wygładzające od środka twarzy na zewnątrz
- dokładne oczyszczenie okolicy oczu i ust

Usunięcie preparatu:

- ciepłe kompresy z wilgotnych ręczników.

2. Oczyszczanie właściwe skóry

Preparat:

- żel oczyszczający zawierający
 - niacynamid
 - ekstrakt z zielonej herbaty
 - aloes

Technika:

- masaż powierzchniowy skóry
- ruchy koliste na policzkach
- ruchy wygładzające na czole
- delikatne ruchy drenujące na szyi

Czas: około 1–2 minuty.

3. Tonizacja skóry

Preparat:

- tonik zawierający
 - kwas hialuronowy
 - hydrolat różany
 - pantenol

Technika:

- aplikacja na płatkach kosmetycznych
- delikatne dociskanie skóry (bez pocierania)

4. Peeling enzymatyczny

Preparat:

- peeling z enzymami papaina i bromelaina

Działanie:

- usunięcie martwego naskórka
- poprawa przenikania składników aktywnych

Aplikacja:

- cienka warstwa na twarz, szyję i dekolt

Czas:

- 5–10 minut

Usunięcie:

- wilgotne kompresy.

5. Aplikacja serum aktywnego

Preparat:

serum zawierające:

- kwas hialuronowy niskocząsteczkowy
- peptydy biomimetyczne
- witaminę C
- koenzym Q10

Technika aplikacji:

- wklepywanie opuszkami palców
- technika wtłaczania składników aktywnych
- ruchy od środka twarzy ku skroniom
- ruchy od brody ku uszom
- ruchy od brwi ku linii włosów

6. Aplikacja preparatu do masażu

Preparat:

olej lub krem masażowy zawierający:

- olej jojoba
- olej z pestek winogron
- witamina E
- skwalan

Technika aplikacji:

- rozgrzanie preparatu w dłoniach
- rozprowadzenie na twarzy, szyi i dekolcie
- ruchy wygładzające przygotowujące do masażu

7. Manualny drenaż limfatyczny twarzy

Cel:

- zmniejszenie obrzęków
- pobudzenie mikrokążenia
- przygotowanie tkanek do liftingu

Techniki:

1. otwarcie węzłów chłonnych nadobojczykowych
2. pompowanie węzłów chłonnych szyi
3. drenaż linii żuchwy w kierunku uszu
4. drenaż policzków w kierunku skroni
5. drenaż okolicy oka w kierunku węzłów przedusznych

Ruchy:

- bardzo delikatne pompowanie
- ruchy spiralne
- powolne przesuwanie skóry

Czas: około 5 minut.

8. Techniki rozluźniające mięśnie twarzy

Cel:

- redukcja napięć mimicznych
- wygładzenie zmarszczek

Techniki:

okolice czoła

- rozciąganie mięśnia czołowego
- ruchy poprzeczne do zmarszczek

okolica między brwiami

- delikatne uciski punktowe
- rozcieranie mięśnia marszczącego brwi

okolica oczu

- rozluźnianie mięśnia okrężnego oka
- lifting łuku brwiowego

policzki

- ugniatanie mięśni jarzmowych
- mobilizacja tkanek policzkowych

okolica ust

- rozluźnianie mięśnia okrężnego ust
- lifting kącików ust

9. Techniki liftingujące

Cel:

- poprawa owalu twarzy
- uniesienie policzków

Techniki:

- lifting policzków poprzez unoszenie tkanek ku skroniom
- modelowanie owalu twarzy
- lifting linii żuchwy
- lifting środkowej części twarzy
- lifting łuku brwiowego

Techniki manualne:

- szczypanie liftingujące
- głębokie ugniatanie mięśni
- technika „unoszenia tkanek”
- techniki powięziowe

Czas: około 10–15 minut.

10. Techniki powięziowe

Cel:

- zwiększenie elastyczności tkanek
- poprawa napięcia skóry

Techniki:

- powolne rozciąganie powięzi

- mobilizacja tkanek głębokich
- lifting powięziowy policzków
- rozluźnianie powięzi żuchwy

11. Maska liftingująco-regenerująca

Preparat:

maska zawierająca:

- kolagen morski
- algi
- kwas hialuronowy
- ekstrakt z żeń-szenia
- Czas aplikacji:

10–15 minut.

12. Zakończenie zabiegu

Preparat końcowy:

krem zawierający:

- peptydy liftingujące
- ceramidy
- witaminę E

Technika aplikacji:

- delikatny masaż relaksacyjny
- ruchy wygładzające
- ruchy liftingujące

Informacje organizacyjne

Szkolenie kończy się walidacją.

Sposobem dokumentacji i weryfikacji uczenia się w procesie walidacji jest

- wywiad swobodny i
- obserwacja w warunkach symulowanych.

Walidator jest obecny w części praktycznej szkolenia i na podstawie własnego arkusza na jego końcu wypełnia właściwą kartę walidacyjną dla każdego uczestnika kursu.

Etapy walidacji odpowiadają czasowo zamieszczonemu w karcie harmonogramowi.

W procesie walidacji bierze udział od 1-4 osób.

Walidacja umiejętności praktycznych odbywa się w trakcie zajęć praktycznych prowadzona przez walidatora usługi, nie ingerując w część edukacyjną usługi rozwojowej. Do przeprowadzenia walidacji wykorzystane zostaną metody: obserwacja w warunkach symulowanych dla części praktycznej plus po zakończonej części praktycznej wywiad swobodny.

Czas trwania szkolenia liczony w godzinach dydaktycznych (45 min).

Czas trwania części teoretycznej to 6 godziny

Czas trwania części praktycznej to 10 godzin

Przerwy nie wliczają się do godzin trwania szkolenia.

Szkolenie odbędzie się w profesjonalnym gabinecie kosmetycznym.

*****Program szkolenia został opracowany w pełnej zgodności z programem Ministerstwa Zdrowia oraz wydanym komunikatem, a cała jego treść została doprecyzowana tak, aby w sposób klarowny i niebudzący wątpliwości wskazywała zakres realizowanych czynności.**

Ujęte w karcie działania obejmują wyłącznie obszar kosmetyki białej, czyli zabiegi o charakterze pielęgnacyjnym, niewchodzące w zakres świadczeń medycznych.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 6

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 6 Wykład trenerki na temat zabiegów manualnych z użyciem nieiniekcyjnych preparatów w procedurach masażu - modelującego i relaksującego mięśnie twarzy	KATARZYNA WIECZOREK	15-05-2026	09:30	14:00	04:30
2 z 6 Pokazowy zabieg na modelce wykonany przez prowadzącego szkolenie	KATARZYNA WIECZOREK	15-05-2026	14:15	15:15	01:00
3 z 6 Wykonanie przez kursantki zabiegów na przydzielonych modelkach	KATARZYNA WIECZOREK	15-05-2026	15:15	19:15	04:00
4 z 6 Wykonanie przez kursantki zabiegów na przydzielonych modelkach	KATARZYNA WIECZOREK	15-05-2026	19:30	21:00	01:30
5 z 6 Walidacja	-	15-05-2026	21:00	21:30	00:30
6 z 6 Posumowanie szkolenia	KATARZYNA WIECZOREK	15-05-2026	21:30	22:00	00:30

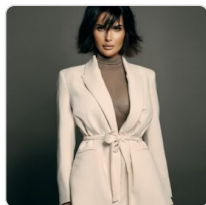
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 500,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	281,25 PLN
Koszt osobogodziny netto	281,25 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

KATARZYNA WIECZOREK

Katarzyna Wieczorek właścicielka i założycielka renomowanej marki Wieczorek Aesthetic, która nadaje pojęciu estetyki – nowy wymiar piękna.

Z branżą Beauty związana już od ponad 20 lat. Specjalizuje się w dziedzinie Medycyny Estetycznej i Dermatologii. Na co dzień współpracuje z lekarzami medycyny i chirurgii plastycznej, dzięki czemu cały czas poszerza swoje doświadczenie i umiejętności.

Zawód, który wybrała to nieustająca droga do doskonałości, dlatego też cały czas rozwija swoją wiedzę uczestnicząc w licznych międzynarodowych kongresach, targach i wydarzeniach czyniąc swoją markę i klinikę jedyną i niepowtarzalną w swoim rodzaju.

Posiada wszechstronne wykształcenie wyższe Kosmetologiczne i Medyczne, a ponadto jest absolwentką licznych kursów i szkoleń w tym zakresie.

Od ponad 10 lat prowadzi Centrum Szkoleniowe, a nabyte doświadczenie na przestrzeni ostatnich 5 lat związane jest głównie z zabiegami z zakresu rewitalizacji skóry twarzy.

Jej szkolenia cenione są przez kursantki przede wszystkim za bogatą oprawę, dużą dawkę teorii oraz rozbudowaną część praktyczną. Wypuszczane spod jej skrzydeł uczennice cenią sobie jej autorskie i niepowtarzalne techniki pracy, ale również to, że nabyta przez nie wiedza i umiejętności pozwalają im na rozpoczęcie swobodnej, ale i bezpiecznej pracy w tej wymagającej branży.

Jest laureatką nagrody „Lider profesjonalnych szkoleń i najwyższej jakości zabiegów w Branży Beauty” przyznawanej przez Magazyn Branżowy „Businesswoman & Life” .

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik(-czka) szkolenia otrzymuje:

- + skrypt,
- + wzory zgód na zabiegi dla klientek,
- + pomoc dydaktyczną,
- + opiekę trenerów również po zakończeniu szkolenia,
- + certyfikat potwierdzający ukończenie szkolenia.

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub Partnera Operatora w danym projekcie PSF lub w którymkolwiek Regionalnym Programie lub FERS albo przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo. Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot będący jednocześnie podmiotem korzystającym z usług rozwojowych o zbliżonej tematyce w ramach danego projektu.

Usługa rozwojowa nie obejmuje wzajemnego świadczenia usług w projekcie o zbliżonej tematyce przez Dostawców usług, którzy delegują na usługi siebie oraz swoich pracowników i korzystają z dofinansowania, a następnie świadczą usługi w zakresie tej samej tematyki dla Przedsiębiorcy, który wcześniej występował w roli Dostawcy tych usług.

Cena usługi nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków trwałych przekazywanych Przedsiębiorcom lub Pracownikom przedsiębiorcy, kosztów dojazdu i zakwaterowania

Warunki uczestnictwa

Szkolenie przeznaczone wyłącznie dla osób posiadających doświadczenie w zakresie zabiegów kosmetycznych.

Informacje dodatkowe

Program szkolenia jest program autorskim i stanowi własność intelektualną Katarzyny Wieczorek Wieczorek Aesthetic, podlega ochronie zgodnie z ustawą o „Prawie Autorskim i Prawach Pokrewnych” z dnia 04.02.1994 Dz. U. nr 24 poz. 83 z późniejszymi zmianami. Wszelkie prawa zastrzeżone, zakazujące kopiowania części lub całości tekstu opisu i programu szkolenia.

Organizatorzy szkolenia proszą o weryfikację regulacji prawnych i przystąpienie kursanta do szkolenia zgodnie z obowiązującymi normami i przepisami prawa.

Uczestnicy mają obowiązek uczestniczenia w minimum 80% zajęć, aby osiągnąć założone efekty uczenia się.

Z przyczyn niezależnych od Wykonawcy (np. pogodowych lub losowych) harmonogram szkolenia może zostać nieznacznie zmieniony. Wszystkie informacje dostępne w jednostce szkolącej zostaną przekazane Operatorowi.

Szkolenie jest zwolnione z VAT, jeśli jest finansowane w co najmniej 70% ze środków publicznych.

Adres

ul. Syta 103
02-987 Warszawa
woj. mazowieckie

Szkolenie prowadzone w odpowiednio wyposażonym gabinecie kosmetycznym.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Katarzyna Wieczorek

E-mail beautylabstudiome@gmail.com

Telefon (+48) 533 520 033