



Face Lift-Up Therapy - szkolenie

Numer usługi 2026/04/12/33060/3480576

7 000,00 PLN brutto

7 000,00 PLN netto

233,33 PLN brutto/h

233,33 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Dialexi spółka z
ograniczoną
odpowiedzialnością

★★★★★ 4,9 / 5

5 604 oceny

📍 Łódź

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 30:00 h

📅 18.07.2026 do 20.07.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Usługa przeznaczona dla fizjoterapeutów, kosmetyczek, masażyistów, instruktorów odnowy biologicznej, pracowników salonów kosmetycznych i SPA oraz wszystkich osób zainteresowanych tematem modelowania twarzy i wprowadzeniem nowej usługi do gabinetu/salonu.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

6

Data zakończenia rekrutacji

12-07-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

30

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 "Face Lift-Up Therapy - szkolenie" przygotowuje uczestnika do wykonywania kompleksowej terapii manualnej w estetyce twarzy poprzez stosowanie wieloetapowego rytuału terapeutycznego obejmującego pracę z tkankami twarzy, szyi i dekoltu.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Charakteryzuje i wyjaśnia podstawy anatomiczne, fizjologiczne oraz teoretyczne zasady wykonywania zabiegów terapii manualnej i pielęgnacji skóry</p>	<p>charakteryzuje anatomię powięzi oraz wyjaśnia jej znaczenie w terapii manualnej oraz opisuje anatomię skóry i mięśni głowy oraz mięśni mimicznych twarzy</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
	<p>identyfikuje lokalizację napięć i restrykcji powięziowych</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
	<p>rozdzieli techniki pracy powierzchniowej i głębokiej (powieź, mięśnie, skóra)</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
	<p>wyjaśnia mechanizmy działania technik liftingu manualnego oraz omawia strukturę skóry i tkanki podskórnej</p> <p>opisuje układ limfatyczny twarzy oraz zasady drenażu limfatycznego oraz wskazuje wskazania i przeciwwskazania do terapii transbukalnej</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p> <p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
	<p>wyjaśnia zasady higieny i przygotowania do zabiegu oraz rozumie znaczenie pracy z oddechem i rytmem w terapii relaksacyjnej</p> <p>opisuje zasady pielęgnacji skóry po zabiegach manualnych</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p> <p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje, dobiera i integruje techniki terapii manualnej oraz pielęgnacji skóry, dostosowując je do potrzeb klienta	wykonuje masaż powięziowy pleców, karku i szyi z zastosowaniem technik statycznych i dynamicznych	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stosuje techniki rozluźniania powięzi oraz integruje pracę z plecami i głową	Obserwacja w warunkach symulowanych
	przeprowadza dynamiczny masaż głowy z wykorzystaniem technik rytmicznych oraz stymuluje krążenie oraz wspiera relaksację układu nerwowego	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykonuje mioplastykę poprzez głęboką stymulację mięśni twarzy oraz redukuje napięcia mięśniowe oraz przywraca ich funkcję	Obserwacja w warunkach symulowanych
	przeprowadza terapię transbukalną oraz pracuje na mięśniach żucia i policzkach od strony jamy ustnej	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stosuje techniki dermoplastyki w celu poprawy elastyczności skóry oraz opracowuje zmarszczki i obszary wiotkości skóry	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykonuje techniki dynamicznego liftingu i modeluje tkanki twarzy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	pracuje warstwowo (skóra–powieź–mięśnie) oraz przeprowadza harmonizujący masaż relaksacyjny z wykorzystaniem oddechu i rytmu	Obserwacja w warunkach symulowanych
redukuje stres i napięcia emocjonalne klienta	Obserwacja w warunkach symulowanych	
wykonuje drenaż limfatyczny twarzy zgodnie z kierunkami i rytmem pracy oraz zmniejsza obrzęki i wspomaga proces detoksykacji	Obserwacja w warunkach symulowanych	

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Przestrzega zasad etyki, bezpieczeństwa i profesjonalizmu, budując relację z klientem oraz stosując holistyczne podejście do terapii	przestrzega zasad higieny i bezpieczeństwa podczas wykonywania zabiegów	Obserwacja w warunkach symulowanych
	dostosowuje techniki pracy do indywidualnych potrzeb klienta	Obserwacja w warunkach symulowanych
	komunikuje się z klientem w sposób zapewniający komfort i poczucie bezpieczeństwa	Obserwacja w warunkach symulowanych
	rozwija świadomość pracy z ciałem i uważność w terapii manualnej	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Usługa jest realizowana w godzinach dydaktycznych (1 godzina = 45 minut).

Czas trwania: 30 godzin dydaktycznych, w tym 8 godzin teoretycznych i 22 godziny praktyczne (w tym walidacja i przerwy)

Harmonogram usługi może ulegać nieznacznemu przesunięciu czasowemu ze względu na czas wykonywanych zabiegów i umiejętności uczestników. Podczas usługi przewidziane są przerwy, które wliczają się w czas usługi.

Usługa przeznaczona dla fizjoterapeutów, kosmetyczek, masażyści, instruktorów odnowy biologicznej, pracowników salonów kosmetycznych i SPA oraz wszystkich osób zainteresowanych tematem modelowania twarzy i wprowadzeniem nowej usługi do gabinetu/salonu.

Usługa składa się z części teoretycznej i praktycznej. Część teoretyczna będzie realizowana w formie wykładu i prezentacji multimedialnej, a część praktyczna będzie opierała się o ćwiczenia w parach. Podczas części praktycznej uczestnicy mają do dyspozycji leżankę/łóżko do pracy. Na jedną parę uczestników przypada 1 leżanka/stół do masażu.

Uczestnik potwierdza swoją obecność poprzez podpisanie listy obecności w formie papierowej. Warunkiem zaliczenia jest 80%-100% obecności (w zależności od wymogów operatora). Na koniec szkolenia przeprowadzana jest walidacja w formie obserwacji w warunkach symulowanych.

Instruktor weryfikuje na bieżąco postępy uczestnika, odnotowując je na protokole zaliczenia, a po zakończonym szkoleniu uczestnik wypełnia ankietę wewnętrzną Dostawcy Usługi.

PROGRAM

1. Masaż powięziowy pleców, karku i tylnej części szyi

Część teoretyczna:

- Anatomia powięzi i jej znaczenie w terapii manualnej
- Lokalizacja napięć i restrykcji powięziowych

Część praktyczna:

- Techniki rozluźniania powięzi (statyczne i dynamiczne)
- Praca na karku i odcinku szyjnym
- Integracja pracy z plecami i głową

2. Dynamiczny masaż głowy

Część teoretyczna:

- Anatomia skóry i mięśni głowy

Część praktyczna:

- Techniki dynamiczne i rytmiczne
- Stymulacja krążenia i relaksacja układu nerwowego
- Praca na owłosionej skórze głowy

3. Mioplastyka – głęboka stymulacja mięśni twarzy

Część teoretyczna:

- Anatomia mięśni mimicznych
- Techniki głębokiej pracy mięśniowej

Część praktyczna:

- Dynamiczna stymulacja i lifting mięśni
- Redukcja napięć i przywracanie funkcji mięśni

4. Terapia transbukalna (wewnątrzpoliczkowa)

Część teoretyczna:

- Wskazania i przeciwwskazania
- Higiena i przygotowanie do zabiegu
- Techniki pracy od strony jamy ustnej

Część praktyczna:

- Praca na mięśniach żucia i policzkach

5. Dermoplastyka – praca z tkanką skórną i podskórną

Część teoretyczna:

- Struktura skóry i tkanki podskórnej
- Techniki mobilizacji skóry

Część praktyczna:

- Poprawa elastyczności i napięcia
- Praca na zmarszczkach i wiotkości

6. Techniki dynamicznego liftingu tkanek

Część teoretyczna:

- Mechanizmy liftingu manualnego

Część praktyczna:

- Praca warstwowa (skóra–powięź–mięśnie)
- Techniki unoszenia i modelowania twarzy
- Tworzenie efektu liftingu bezinwazyjnego

7. Harmonizujący masaż relaksacyjny

Część teoretyczna:

- Techniki wyciszające i balansujące

Część praktyczna:

- Praca z oddechem i rytmem
- Redukcja stresu i napięcia emocjonalnego
- Integracja całej terapii

8. Drenaż limfatyczny twarzy

Część teoretyczna:

- Układ limfatyczny twarzy
- Techniki manualnego drenażu

Część praktyczna:

- Redukcja obrzęków i poprawa detoksykacji
- Kierunki pracy i rytm zabiegu

9. Pielęgnacja skóry po zabiegu manualnym

Część praktyczna:

- Dobór kosmetyków po zabiegu
- Regeneracja i ochrona skóry
- Zalecenia dla klienta
- Łączenie terapii manualnej z pielęgnacją

Walidacja

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 21

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 21 Część teoretyczna: Masaż powięziowy pleców, karku i tylnej części szyi	Monika Król	18-07-2026	09:00	09:45	00:45
2 z 21 Część praktyczna: Masaż powięziowy pleców, karku i tylnej części szyi	Monika Król	18-07-2026	09:45	11:15	01:30
3 z 21 Część teoretyczna: Dynamiczny masaż głowy	Monika Król	18-07-2026	11:15	12:00	00:45
4 z 21 Część praktyczna: Dynamiczny masaż głowy	Monika Król	18-07-2026	12:00	12:45	00:45
5 z 21 przerwa	Monika Król	18-07-2026	12:45	13:00	00:15
6 z 21 Część teoretyczna: Mioplastyka – głęboka stymulacja mięśni twarzy	Monika Król	18-07-2026	13:00	13:45	00:45
7 z 21 Część praktyczna: Mioplastyka – głęboka stymulacja mięśni twarzy	Monika Król	18-07-2026	13:45	16:45	03:00
8 z 21 Część teoretyczna: Terapia transbukalna (wewnątrzpoliczkowa)	Monika Król	19-07-2026	09:00	09:45	00:45
9 z 21 Część praktyczna: Terapia transbukalna (wewnątrzpoliczkowa)	Monika Król	19-07-2026	09:45	11:15	01:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 21 Część teoretyczna: Dermoplastyka – praca z tkanką skórną i podskórną	Monika Król	19-07-2026	11:15	12:00	00:45
11 z 21 Część praktyczna: Dermoplastyka – praca z tkanką skórną i podskórną	Monika Król	19-07-2026	12:00	12:45	00:45
12 z 21 przerwa	Monika Król	19-07-2026	12:45	13:00	00:15
13 z 21 Część teoretyczna: Techniki dynamicznego liftingu tkanek	Monika Król	19-07-2026	13:00	13:45	00:45
14 z 21 Część praktyczna: Techniki dynamicznego liftingu tkanek	Monika Król	19-07-2026	13:45	16:45	03:00
15 z 21 Część teoretyczna: Harmonizujący masaż relaksacyjny	Monika Król	20-07-2026	09:00	09:45	00:45
16 z 21 Część praktyczna: Harmonizujący masaż relaksacyjny	Monika Król	20-07-2026	09:45	11:15	01:30
17 z 21 Część teoretyczna: Drenaż limfatyczny twarzy	Monika Król	20-07-2026	11:15	12:00	00:45
18 z 21 Część praktyczna: Drenaż limfatyczny twarzy	Monika Król	20-07-2026	12:00	12:45	00:45
19 z 21 przerwa	Monika Król	20-07-2026	12:45	13:00	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
20 z 21 Część praktyczna: Pielęgnacja skóry po zabiegu manualnym	Monika Król	20-07-2026	13:00	15:45	02:45
21 z 21 walidacja	-	20-07-2026	15:45	16:00	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	7 000,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 113 ust. 1 ustawy o VAT ze względu na wartość sprzedaży	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	7 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	233,33 PLN
Koszt osobogodziny netto	233,33 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Monika Król

Trenerka manualnych terapii twarzy, terapeutka oraz twórczyni autorskiej metody Face Lift-Up Therapy™. Od ponad 30 lat związana z branżą profesjonalnej pielęgnacji urody. Specjalizuje się w naturalnych metodach remodelingu twarzy i przywracania jej witalności. Skupia się na świadomym dotyku terapeutycznym, kreowanym pod indywidualne potrzeby. Założycielka Akademii Masaży i Rytuałów „Naturalnie że Manualnie.

W swojej pracy inspirowa do świadomego rozwoju w świecie terapii manualnych twarzy oraz do podnoszenia standardów tej profesji poprzez wiedzę, wrażliwość i uważność na potrzeby kobiet. Jako Ambasadorka kongresu Beauty by Touch dla terapeutów manualnych, promuje podnoszenie kwalifikacji tej branży, w ramach holistycznej pracy z ciałem człowieka. Autorka premierowego w Polsce kursu oraz metody specjalistycznego masażu męskiej twarzy MANUMEN FACE THERAPY™. Stale podnosi swoje umiejętności a w ostatnich 5 latach ukończyła:

- 2021r. - PREMIUM TRAINING autorska technika masażu anti-aging dr Pawła Piątkowskiego
- 2022r. - Masaż modelująco-stymulujący mięśnie twarzy (Bruno Fauche)
- 2023r. - Find My Peace - 1 6-weekk guided Program in Emotional Awareness & Personal Alignment

(Kasia Jamroz)

- 2024r. - Anatomia grzbietu i okolicy klatki piersiowej (M. Szarwas)

- 2025r. - Akademia Menopauzy i Anti-Aging, Masaż Twarzy Kobido

- 2026r. - Kurs pedagogiczny dla wykładowców, trenerów pozaszkolnych form kształcenia

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje skrypt szkoleniowy.

Warunki uczestnictwa

Przed złożeniem wniosku o dofinansowanie i zapisem na szkolenie prosimy o kontakt telefoniczny lub mailowy w celu sprawdzenia dostępności wolnych miejsc.

Warunkiem uczestnictwa w szkoleniu jest wypełnienie formularza zgłoszeniowego na stronie www.dialexi.pl:

https://dialexi.pl/formularze/formularz_uczestnika/

Informacje dodatkowe

Usługa jest realizowana w godzinach dydaktycznych (1 godzina szkolenia = 45 minut)

Cena nie zawiera kosztów wyżywienia, noclegu i transportu.

Dla podmiotów/osób uczestniczących w usłudze, które otrzymają dofinansowanie min. 70%, koszt szkolenia jest zwolniony z podatku VAT (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień: § 3 ust. 1 pkt 14).

Dla podmiotów/osób uczestniczących w usłudze, które otrzymają dofinansowanie mniejsze niż 70%, podmiot świadczący usługę wystawi fakturę w kwocie netto=brutto we względu na to, że nie jest zarejestrowany jako podatnik VAT (podstawa prawna: art. 113 ust.1 Ustawy o VAT).

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.

Adres

ul. Uniwersytecka 18/1a

90-243 Łódź

woj. łódzkie

Szkolenie odbędzie się w Naturalnie że Manualnie - Akademia Masaży i Rytuałów

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Karolina Chadała

E-mail biuro@dialexi.pl

Telefon (+48) 690 620 952