



Holistic Beauty
Katarzyna Tłałka-
Sochal

★★★★★ 5,0 / 5

29 ocen

Masaż Poliwagalny stymulujący Nerw Błądny

Numer usługi 2026/04/14/157489/3486298

📍 Zawada

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 21:00 h

📅 16.07.2026 do 17.07.2026

2 100,00 PLN brutto

2 100,00 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Profesjonalnych Masażystów i Terapeutów: Chcących poszerzyć swoje umiejętności i wiedzę o nowatorskie techniki masażu oparte na teorii poliwagalnej, co pozwoli im na oferowanie bardziej kompleksowych i efektywnych terapii swoim klientom.

Pracowników Służby Zdrowia: Takich jak fizjoterapeuci, psychoterapeuci, pielęgniarki, którzy chcą włączyć techniki masażu poliwagalnego do swojej praktyki zawodowej, aby lepiej wspierać swoich pacjentów w procesie uzdrawiania.

Osoby Zainteresowane Samorozwojem i Samopomocą: Osoby poszukujące naturalnych metod na redukcję stresu, poprawę samopoczucia emocjonalnego i fizycznego, a także chcące zgłębić wiedzę o wpływie ciała na stan psychiczny.

Instruktorów Jogii i Medytacji: Dla których zrozumienie zasad teorii poliwagalnej i umiejętność stosowania technik masażu poliwagalnego mogą wzbogacić ich praktykę i pomóc w osiągnięciu głębszego relaksu i harmonii wewnętrznej.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

4

Data zakończenia rekrutacji

09-07-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

21

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje uczestnika do samodzielnego wykonywania Masażu Poliwagalnego.

Szkolenie kończy się egzaminem, który potwierdza przygotowanie do samodzielnego wykonywania Masażu Poliwagalnego.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
--------------------	----------------------	------------------

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Szkolenie przygotowuje uczestnika do samodzielnego wykonywania poliwagalnego masażu ciała ukierunkowanego na stymulację nerwu błędnego oraz równoważenie układu autonomicznego w celu redukcji napięć, poprawy samopoczucia i wsparcia regeneracji organizmu.</p>	<p>Uczestnik po zakończeniu usługi:</p> <p>rozumie założenia teorii poliwagalnej i jej zastosowanie w pracy z ciałem,</p> <p>zna przebieg nerwu błędnego oraz jego wpływ na reakcje stresowe, napięcie mięśniowe, mimikę i funkcjonowanie narządów,</p> <p>identyfikuje objawy zaburzonej równowagi układu nerwowego (w tym stanu walki/ucieczki oraz zamrożenia),</p> <p>zna wskazania i przeciwwskazania do wykonywania masażu poliwagalnego,</p> <p>lokalizuje kluczowe punkty terapeutyczne w obrębie głowy, twarzy, szyi i górnej klatki piersiowej,</p> <p>wykonuje techniki masażu poliwagalnego w sposób bezpieczny, płynny i dostosowany do reakcji klienta,</p> <p>potrafi regulować głębokość i tempo pracy w celu aktywacji nerwu błędnego i przywrócenia stanu „bezpiecznego zaangażowania społecznego”,</p> <p>integruje techniki oddechow, świadomy dotyk i pracę z napięciem twarzy w celu pogłębienia efektu terapeutycznego,</p> <p>przeprowadza pełną sesję masażu poliwagalnego, tworząc odpowiednią atmosferę terapeutyczną,</p> <p>uzyskuje certyfikat potwierdzający osiągnięcie efektów uczenia się i nabycie kwalifikacji do wykonywania masażu poliwagalnego w praktyce zawodowej.</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>

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

Dzień PIERWSZY – część teoretyczna i praktyczna:

Układ współczulny i przywspółczulny

Oddech i jego rola

Nerw błędny, jego położenie i funkcje

Zaburzenia pracy nerwu błędnego – na co wpływają?

Przewlekły stres a nerw błędny -naturalne metody niwelowania stresu

Przewlekły stan zapalny a nerw błędny

Formy aktywowania nerwu błędnego

Działanie układu pokarmowego i jego wpływ na zaburzenia układu nerwowego oraz hormonalnego

Problemy żołądkowo-jelitowe i ich wpływ na nerw błędny

Powiązanie nieprawidłowej pracy jelita z problemami z nerwem błędnym

Dzień DRUGI – część praktyczna

Metody sprawdzające funkcjonowanie nerwu błędnego

Metodyka masażu stymulującego nerw błędny

Opracowanie poszczególnych gałęzi nerwu błędnego

Manipulacja trzewna

Elementy Refleksoterapii stóp

Profesjonalnych Masażystów i Terapeutów: Chcących poszerzyć swoje umiejętności i wiedzę o nowatorskie techniki masażu oparte na teorii poliwalgalnej, co pozwoli im na oferowanie bardziej kompleksowych i efektywnych terapii swoim klientom.

Pracowników Służby Zdrowia: Takich jak fizjoterapeuci, psychoterapeuci, pielęgniarki, którzy chcą włączyć techniki masażu poliwalgalnego do swojej praktyki zawodowej, aby lepiej wspierać swoich pacjentów w procesie uzdrawiania.

Osoby Zainteresowane Samorozwojem i Samopomocą: Osoby poszukujące naturalnych metod na redukcję stresu, poprawę samopoczucia emocjonalnego i fizycznego, a także chcące zgłębić wiedzę o wpływie ciała na stan psychiczny.

Instruktorów Jogii i Medytacji: Dla których zrozumienie zasad teorii poliwalgalnej i umiejętność stosowania technik masażu poliwalgalnego mogą wzbogacić ich praktykę i pomóc w osiągnięciu głębszego relaksu i harmonii wewnętrznej.

Psychologów i Psychoterapeutów

Szkolenie realizowane jest w grupach maksymalnie 4-osobowych, co zapewnia indywidualne podejście i bezpieczne doskonalenie technik manualnych.

Każdy uczestnik pracuje na osobnym stanowisku terapeutycznym, wyposażonym w:

łóżko do masażu, dostęp do środków higienicznych (rękawiczki, płyn do dezynfekcji, jednorazowe serwety), zestaw taśm do tapingu, akcesoria do pracy transbukalnej (rękawice, maski, płyn do płukania ust itp.).

Na każdą grupę przypada minimum 2 modelki, aby zapewnić rotację i możliwość pracy na różnych typach twarzy lub uczestnicy pracują również w parach na sobie pod nadzorem prowadzącego – modelki nie są jedynym źródłem praktyki.

Szkolenie prowadzone jest w trybie godzin lekcyjnych (45 minut).

Łączna liczba godzin przypadających na szkolenie z Masażu Poliwagalnego to 21h lekcyjne (rozłożone na dwa dni szkoleniowe), dodatkowo przewidziano 2h na przerwy - 1h dziennie (kawowe i obiadowa) oraz 1h lekcyjna na walidację drugiego dnia.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 7

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 7 Masaż Poliwagalny	KATARZYNA TLAŁKA-SOCHAL	16-07-2026	09:00	13:30	04:30
2 z 7 Przerwa obiadowa	KATARZYNA TLAŁKA-SOCHAL	16-07-2026	13:30	14:30	01:00
3 z 7 Masaż Poliwagalny	KATARZYNA TLAŁKA-SOCHAL	16-07-2026	14:30	18:00	03:30
4 z 7 Masaż Poliwagalny	KATARZYNA TLAŁKA-SOCHAL	17-07-2026	09:00	13:30	04:30
5 z 7 Przerwa obiadowa	KATARZYNA TLAŁKA-SOCHAL	17-07-2026	13:30	14:30	01:00
6 z 7 Masaż Poliwagalny	KATARZYNA TLAŁKA-SOCHAL	17-07-2026	14:30	17:00	02:30
7 z 7 Walidacja	-	17-07-2026	17:00	18:00	01:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 100,00 PLN

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 100,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	100,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

KATARZYNA TLAŁKA-SOCHAL

Właścicielka Gabinetów Holistic Beauty i Recovery Box, w których łączę pracę manualną z technologiami, w tym technologią TECAR

◆ Trener i specjalistka w zakresie pracy nad Nerwem Błędnym – zainteresowanie tematyką nerwu błędnego i jego wpływu na organizm człowieka wynika

z wieloletnich poszukiwań spowodowanych moimi licznymi życiowymi traumami

i trudnymi doświadczeniami

◆ Absolwentka wielu szkoleń i seminariów w zakresie Nerwu Błędnego, Terapii Trzewnej, Refleksologii Stóp, Rąk, Twarzy, Ucha zarówno w kraju jak i za granicą.

◆ Moją Inspiracją jest Jessica Maguire, australijska terapeutka i edukatorka integracyjna zorientowana na traumę poprzez pracę nad układem nerwowym, w tym nerwie błędnym

◆ Terapeutka twarzy – certyfikacja w zakresie Sculptural Face Lifting Method by Yakov Gershkovich

◆ Trener Japońskiego Masażu Kobido oraz Masażu Transbukalnego

◆ Zwolenniczka nauki poprzez praktykę zgodnie z filozofią Davida Kolba mówiącą o tym, że „Człowiek uczy się głównie przez doświadczenie”

◆ Zwolenniczka naturalnych metod stosowanych zarówno w odmładzaniu jak

i problemach zdrowotnych

◆ Interesuje się rozwojem osobistym, medytacją, uwielbia podróże i aktywny wypoczynek

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uzyskasz dostęp do materiałów edukacyjnych, w tym filmów instruktażowych i skryptów, które umożliwią Ci dalszą naukę i doskonalenie nabytych umiejętności w dogodnym dla Ciebie czasie. Po zakończeniu kursu zapewniamy także ciągłe wsparcie ze strony naszych trenerów.

Warunki uczestnictwa

Szkolenie skierowane jest do masażyстів, fizjoterapeutów, kosmetyczki, kosmetologów, logopedów, neurologopedów, psychologów, psychoterapeutów oraz osób zajmujących się szeroko pojętym masażem oraz naturalnymi metodami zdrowia i harmonii.

Informacje dodatkowe

Zapewniamy kawę, herbatę, napoje, przekąski, obiad jednodaniowy.

Adres

ul. Jesionowa 59
46-022 Zawada
woj. opolskie

Lokal znajduje się na parterze.

Dogodny Dojazd: Lokal jest łatwo dostępny zarówno komunikacją miejską, jak i samochodem, z możliwością parkowania. W pobliżu znajduje się duży bezpłatny parking.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

Kontakt



Katarzyna Tłałka Sochal

E-mail ktsochal@gmail.com

Telefon (+48) 886 269 681