



Agencja Kontakt  
Iwona Kozak

★★★★★ 4,7 / 5

284 oceny

## Szkolenie: Akupunktura Estetyczna, Akupunktura Emocji, Akupunktura Holistyczna terapia napięć i przeciążeń

Numer usługi 2026/04/20/47500/3500314

📍 Wrocław

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 35:00 h

📅 21.07.2026 do 27.07.2026

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

142,86 PLN brutto/h

142,86 PLN netto/h

226,67 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

**Kategoria**

Styl życia / Uroda

**Grupa docelowa usługi**

Usługa skierowana jest do osób prowadzących działalność gospodarczą oraz ich pracowników z sektora medycyny naturalnej, kosmetologii oraz fizjoterapii, w szczególności do:

- Terapeutów manualnych i fizjoterapeutów chcących rozszerzyć warsztat pracy o techniki igłoterapii.
- Kosmetologów specjalizujących się w zabiegach estetycznych typu "slow-aging" i naturalnym odmładzaniu.
- Akupunkturzystów i naturoterapeutów pragnących zgłębić techniki pracy z emocjami oraz napięciami somatycznymi.
- Właścicieli gabinetów zdrowia i urody dążących do wprowadzenia holistycznych metod terapii do swojej oferty.

**Minimalna liczba uczestników**

2

**Maksymalna liczba uczestników**

4

**Data zakończenia rekrutacji**

20-07-2026

**Forma prowadzenia usługi**

stacjonarna

**Liczba godzin usługi**

35

**Podstawa uzyskania wpisu do BUR**

Standard Usług Szkoleniowo– Rozwojowych PIFS SUS 3.0

# Cel

## Cel edukacyjny

Nabycie zaawansowanej wiedzy i umiejętności praktycznych z zakresu trzech filarów akupunktury specjalistycznej. Celem jest opanowanie technik akupunktury estetycznej (lifting i rewitalizacja twarzy), akupunktury emocji (równoważenie stanów psychosomatycznych) oraz akupunktury holistycznej (terapia bólu i napięć). Uczestnik nauczy się precyzyjnego lokalizowania punktów, bezpiecznej aplikacji igieł oraz tworzenia kompleksowych protokołów terapeutycznych łączących estetykę z dobrostanem emocjonalny

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Efekt 1: Wykonuje zabiegi akupunktury estetycznej i liftingującej.	Kryterium 1.1: Prawidłowo lokalizuje punkty akupunkturowe twarzy odpowiedzialne za napięcie mięśniowe i mikrokrążenie.	Wywiad swobodny
	Kryterium 1.2: Dobiera odpowiednią długość i grubość igieł do pracy w obszarach wrażliwych (okolica oka, ust).	Wywiad swobodny
	Kryterium 1.3: Przeprowadza zabieg redukcji zmarszczek i poprawy owalu twarzy zgodnie z protokołem estetycznym.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Efekt 2: Stosuje protokoły akupunktury emocji w stanach napięcia psychosomatycznego.	Kryterium 2.1: Rozpoznaje somatyczne objawy blokad emocjonalnych w ciele pacjenta.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Kryterium 2.2: Dobiera i nakłuwają punkty dystalne i lokalne wspomagające wyciszenie układu nerwowego.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Kryterium 2.3: Przeprowadza wywiad ukierunkowany na identyfikację źródeł stresu i napięć.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Efekt 3: Realizuje holistyczną terapię napięć i przeciążeń narządu ruchu.	Kryterium 3.1: Wykonuje palpację i identyfikuje punkty spustowe oraz obszary przeciążeń mięśniowych.	Wywiad swobodny
	Kryterium 3.2: Stosuje techniki akupunktury holistycznej w celu zniesienia bólu i przywrócenia mobilności tkanek.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Kryterium 3.3: Zachowuje rygorystyczne zasady aseptyki i bezpiecznej utylizacji materiałów medycznych.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

# 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

Akupunktura bólu - program

### 1. Część teoretyczna

Podczas teoretycznej części kursu akupunktury bólu uczestnicy zdobywają solidne podstawy wiedzy medycznej i tradycyjnej chińskiej filozofii związanej z akupunkturą. W tej części omawiane są następujące zagadnienia:

- **Podstawy medycyny chińskiej** Teoria Yin i Yang, pięciu elementów oraz przepływu energii Qi.
- Kanały energetyczne (meridiany) i punkty akupunkturowe.
- Pojęcie równowagi w ciele i jej wpływ na zdrowie oraz ból.
- **Mechanizmy działania akupunktury** Wpływ akupunktury na układ nerwowy, hormonalny i krążeniowy.
- Rola akupunktury w łagodzeniu stanów zapalnych i napięcia mięśniowego.
- Bad

### Część praktyczna

- W części praktycznej uczestnicy uczą się stosować zdobytą wiedzę teoretyczną w praktyce. Program obejmuje:
  - **Nauka lokalizacji punktów akupunkturowych** Rozpoznawanie najważniejszych punktów akupunkturowych na ciele pacjenta.
  - Ćwiczenia manualne związane z precyzyjnym określaniem punktów.
  - **Techniki nakłuwania** Nauka prawidłowego wprowadzania igieł, dostosowania głębokości i kąta wkłucia.
  - Techniki manipulacji igłami (np. skręcanie, unoszenie, opuszczanie).
  - **Protokoły terapeutyczne na ból** Specyficzne schematy punktów stosowane w terapii różnych rodzajów bólu (np. ból kręgosłupa, migreny, bóle stawów, bóle menstruacyjne).
  - Dobór punktów w zależności od przyczyny i rodzaju bólu.
  - **Symulacje przypadków klinicznych** Praca na modelach i pacjentach w warunkach symulowanych.
  - Opracowanie planu leczenia na podstawie diagnostyki.
  - **Zastosowanie moksoterapii i innych uzupełniających technik** Wykorzystanie moksoterapii, elektroakupunktury i terapii bańkami w łagodzeniu bólu.
  - Integracja technik akupunktury z innymi metodami medycyny komplementarnej.
  - **Superwizja i doskonalenie techniki** Praktyczne ćwiczenia pod nadzorem doświadczonych instruktorów.
  - Korekta błędów i nauka budowania pewności w pracy z pacjentami.

Akupunktura estetyczna - program

Zakres omawianych Punktów Estetycznej Akupunktury na głowie i twarzy:

- techniki masażu
- techniki akupunktury

Masaż meridianowy twarzy

Lokalizacja i terapia głównych mięśni twarzy przy pomocy specjalnych technik

Receptury na twarz i zalecane punkty do nakłuć:

- kurze łapki
- gładziona czoła
- lwia zmarszczka
- zmarszczki poziome pod okiem
- Zmarszczki królicze

Zalecenia do wykonania zabiegu:

- cienie i zmarszczki wokół oczu
- wypracowanie konturu twarzy
- usuwanie toksyn
- modelowanie twarz

Trzy poziomy leczenia:

- poziom Jing – 8 kanałów nadzwyczajnych i ich działanie hormonalne
- poziom Ying – 12 głównych kanałów i Qi po-urodzeniowe
- poziom Wei – kanały TMM i lokalne punkty na twarzy

**Akupunktura Estetyczna Twarzy** bazuje na istniejących od wieków technikach tradycyjnej medycyny chińskiej. Akupunktura twarzy to odkrycie w kosmetologii estetycznej ale również alternatywa dla inwazyjnych zabiegów chirurgii plastycznej, medycyny estetycznej czy botoksu. Ten w pełni naturalny i ekskluzywny zabieg pozwala zachowanie na długo pięknych rysów twarzy. Po zabiegu twarz jest piękna, odmłodzona, efekt długo się utrzymuje a twarz pozostaje naturalna. Efekt zapewnia czyste, świeże, nie przerysowane oblicze, nie zniekształca wyglądu twarzy oraz w żaden sposób nie wpływa nienaturalnie na jej mimik.

**Część teoretyczna:**

- Higiena pracy w Akupunkturze
- Budowa skóry
- Akupunktura skóry i możliwości jej wykorzystania – Proces
- Techniki Akupunktury
- Produkty i akcesoria do wykonania akupunktury
- Informacja w gabinecie oraz kontakt z klientem
- Przygotowanie klienta do zabiegu
- Pielęgnacja po zabiegu i zalecenia
- Możliwe powikłania po zabiegu
- Rodzaje akupunktury

**Część praktyczna:**

- Zabiegi Akupunktury Estetycznej Twarzy wg schematów w zależności od wieku, problemów oraz oczekiwań klienta

AKUPUNKTURA EMOCJONALNA

Regulacja emocji poprzez pracę z meridianami i punktami somatycznymi

ZAŁOŻENIA METODY

Szkolenie opiera się na koncepcji, że:

- \* emocje zapisują się w układzie nerwowym i energetycznym,
- \* napięcia emocjonalne manifestują się w określonych meridianach,
- \* odpowiednia stymulacja punktów wpływa na regulację autonomicznego układu nerwowego,

\* celem pracy jest przywrócenie równowagi, nie leczenie chorób.

Metoda łączy:

- \* elementy medycyny chińskiej,
- \* psychosomatykę,
- \* neurofizjologię stresu,
- \* świadomą pracę dotykową.

STRUKTURA SZKOLENIA

CZĘŚĆ I – PODSTAWY TEORETYCZNE

MODUŁ 1. Filozofia i fundamenty metody

- \* Czym jest akupunktura emocjonalna
- \* Różnica między klasyczną akupunkturą a pracą emocjonalną
- \* Emocja jako zapis w ciele
- \* Rola terapeuty – neutralność i bezpieczeństwo

Efekt: Uczestnik rozumie koncepcję zapisu emocji w meridianach.

MODUŁ 2. Układ nerwowy a emocje

- \* Autonomiczny układ nerwowy (sympatyczny / parasympatyczny)
- \* Reakcja walka–ucieczka–zamrożenie
- \* Napięcie przewlekłe a blokady energetyczne
- \* Regulacja przez dotyk

Efekt: Uczestnik potrafi rozpoznać stan regulacji i deregulacji klienta.

CZĘŚĆ II – EMOCJE W MERIDIANACH

MODUŁ 3. Mapa emocjonalna meridianów

Meridian Wątroby

- \* złość
- \* frustracja
- \* tłumiona agresja

Meridian Nerek

- \* lęk pierwotny
- \* brak poczucia bezpieczeństwa

Meridian Serca

- \* smutek
- \* zamknięcie emocjonalne
- \* brak radości

Meridian Płuc

- \* żal
- \* trudność w odpuszczaniu

Meridian Żołądka i Śledziony

\* zamartwianie się

\* napięcie kontrolne

Meridian Pęcherza Moczowego

\* przewlekły stres

\* napięcie w tle

Efekt: Uczestnik potrafi dobrać meridian do dominującej emocji.

### CZĘŚĆ III – PUNKTY EMOCJONALNE I TECHNIKA PRACY

MODUŁ 4. Lokalizacja punktów

\* Punkty regulujące napięcie

\* Punkty uwalniające blokadę

\* Punkty stabilizujące

Praca:

\* ucisk statyczny

\* praca z oddechem

\* mikro-ruch

\* praca bilateralna

MODUŁ 5. Protokół sesji krok po kroku

1. Wywiad emocjonalny (bez diagnozowania)

2. Dobór meridianu

3. Sekwencja punktów

4. Obserwacja reakcji

5. Stabilizacja i zamknięcie

Efekt: Uczestnik potrafi przeprowadzić pełną sesję.

### CZĘŚĆ IV – BEZPIECZEŃSTWO I GRANICE

MODUŁ 6. Reakcje klienta

\* płacz

\* drżenie

\* uczucie ciepła

\* chwilowe osłabienie

Jak reagować:

\* bez interpretowania

\* bez wchodzenia w terapię psychologiczną

\* z zachowaniem granic

MODUŁ 7. Przeciwwskazania

\* zaburzenia psychiatryczne

\* ostra trauma bez wsparcia terapeuty

\* stany niestabilne emocjonalnie

#### CZĘŚĆ V – PRAKTYKA WARSZTATOWA

\* Demonstracja instruktora

\* Praca w parach

\* Pełna sesja pod nadzorem

\* Analiza przypadków

#### WAŻNA INFORMACJA

Szkolenie ma charakter edukacyjny i rozwojowy. Nie uprawnia do diagnozowania ani leczenia zaburzeń psychicznych.

Zajęcia w ramach usługi realizowane są w godzinach zegarowych 10.00 - 16.15 -16.00

Przerwy ustalane są indywidualnie z uczestnikiem usługi i nie wliczają się do czasu zajęć usługi.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 15</b> Teoria: Anatomia twarzy, BHP, rodzaje igieł i zasady nakłuwania estetycznego	Iwona Kozak	21-07-2026	09:00	11:00	02:00
<b>2 z 15</b> Praktyka: Lokalizacja punktów na twarzy, techniki wprowadzania igieł, praca na modelkach	Iwona Kozak	21-07-2026	11:00	15:30	04:30
<b>3 z 15</b> Walidacja: Ocena precyzji nakłucia punktów estetycznych	-	21-07-2026	15:30	16:00	00:30
<b>4 z 15</b> Teoria: Łączenie akupunktury z masażem, przeciwwskazani a, pielęgnacja pozabiegowa	Iwona Kozak	22-07-2026	09:00	11:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>5 z 15</b> Praktyka: Pełny zabieg akupunktury estetycznej na modelce – lifting i rewitalizacja	Iwona Kozak	22-07-2026	11:00	15:30	04:30
<b>6 z 15</b> Walidacja: Zaliczenie praktyczne – wykonanie zabiegu estetycznego	-	22-07-2026	15:30	16:00	00:30
<b>7 z 15</b> Teoria: Mapa emocji na ciele, wpływ stresu na meridiany, wywiad terapeutyczny	Iwona Kozak	23-07-2026	09:00	11:00	02:00
<b>8 z 15</b> Praktyka: Praca z punktami uspokajającymi i balansującymi układ nerwowy	Iwona Kozak	23-07-2026	11:00	15:30	04:30
<b>9 z 15</b> Walidacja: Ocena doboru punktów do konkretnego stanu emocjonalnego	-	23-07-2026	15:30	16:00	00:30
<b>10 z 15</b> Teoria: Reakcje organizmu na proces uwalniania, bezpieczeństwo pacjenta	Iwona Kozak	24-07-2026	09:00	11:00	02:00
<b>11 z 15</b> Praktyka: Zaawansowane techniki igłoterapii w stanach napięcia psychicznego	Iwona Kozak	24-07-2026	11:00	15:30	04:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>12 z 15</b> Walidacja: Zaliczenie praktyczne – przeprowadzenie sesji akupunktury emocji	-	24-07-2026	15:30	16:00	00:30
<b>13 z 15</b> Teoria: Łańcuchy mięśniowe, punkty spustowe, holistyczne podejście do bólu	Iwona Kozak	27-07-2026	09:00	11:00	02:00
<b>14 z 15</b> Praktyka: Terapia manualna wsparta igłowaniem, praca na obszarach przeciążonych	Iwona Kozak	27-07-2026	11:00	15:30	04:30
<b>15 z 15</b> Walidacja: Egzamin końcowy – praktyczna terapia napięć i walidacja całości szkolenia	-	27-07-2026	15:30	16:00	00:30

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	5 000,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	5 000,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	142,86 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	142,86 PLN

# Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

## Iwona Kozak

Ma tytuł mistrza akupunktury, Liczne kursy zabiegów estetycznych, ceniony szkoleniowiec z zakresu laseroterapii Jest fenomenalnym trenerem z zakresu kosmetologii i wszystkich aparatów stosowanych w kosmetologii i medycynie estetycznej (Urządzenia HI-TECH) Jest osobą z ogromną wiedzą, pasją i ambicjami. Każde szkolenie realizuje z zaangażowaniem dbając o jego jakość i zadowolenie Klienta. Odyła liczne szkolenia w Polsce i za granicą- w Promotalii, Genyal, Kes, Adss, EndyMed. Praca sprawia jej dużą satysfakcję. Stale podnosi swoje kwalifikacje, interesuje się nowościami w branży kosmetycznej. Iwona jest twórcą oryginalnych i autorskich szkoleń z zakresu kosmetologii estetycznej.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

**Podręcznik szkoleniowy:** Kompedium wiedzy z zakresu trzech modułów akupunktury wraz z atlasem punktów.

**Zestaw zabiegowy:** Pakiety sterylnych igieł akupunkturowych o różnych wymiarach, pojemnik na odpady medyczne.

**Wyprawka:** Firmowy notatnik i długopis.

**Materiały pomocnicze:** Mapy meridianów i punktów akupunkturowych, wzory kart pacjenta.

**Dokument końcowy:** Certyfikat ukończenia szkolenia oraz zaświadczenie o nabytych kompetencjach.

Szkolenie odbywa się w profesjonalnie wyposażonej sali szkoleniowej. Placówka zapewnia każdemu uczestnikowi samodzielne stanowisko pracy (fotel, lampa, stolik) oraz dostęp do specjalistycznej aparatury. W cenie usługi zawarte są wszystkie materiały zużywalne oraz akcesoria jednorazowe. Organizator zapewnia modelki do części praktycznej oraz materiały dydaktyczne w formie skryptów. Usługa prowadzona jest w warunkach spełniających normy sanitarne.

### Informacje dodatkowe

W przypadku otrzymania dofinansowania na poziomie co najmniej 70% szkolenie będzie zwolnione z podatku VAT na podstawie par. 3. ust. 1 pkt 14 Rozporządzenie Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień.

W przypadku szkoleń, które nie są dofinansowane na poziomie minimum 70% to ceny netto należy doliczyć 23% podatku VAT.

Zajęcia w ramach usługi realizowane są w godzinach zegarowych 9.00 - 16.00

Przerwy ustalane są z uczestnikiem usługi i nie wliczają się do czasu zajęć usługi.

Prezentowane w Bazie Usług Rozwojowych programy stanowią **bazę inspiracji oraz punkt wyjścia** do stworzenia optymalnej ścieżki edukacyjnej. Wierzymy, że najlepsze efekty przynoszą rozwiązania „szyte na miarę”, dlatego zachęcamy do bezpośredniego kontaktu telefonicznego – wspólnie ułożymy plan idealnie pod Twoje potrzeby.

Zapraszamy również do odwiedzenia naszej strony [iwonakozak.pl](http://iwonakozak.pl), gdzie możesz bliżej poznać nasze podejście.

# Adres

ul. Komuny Paryskiej 39-41/5

50-451 Wrocław

woj. dolnośląskie

Centrum szkoleniowe, które posiadamy mieści się przy jednej z głównych ulic w centrum Wrocławia. Przed lokalem jest parking, mieszczą się przystanki autobusowe i tramwajowe. Wejście do lokalu jest bezpośrednio od ulicy.

Lokalemiejscowiony jest frontem do chodnika, posiada ogromne, oklejone witryny, aby klient mógł nas łatwo znaleźć.

Lokal posiada 2 poziomy. Wielkość lokalu to ok. 150m<sup>2</sup>. Dysponujemy częścią szkoleniową i częścią socjalną. Posiadamy 4 sale szkoleniowe i odrębne pomieszczenie w stylu salonu, w którym kursantki mogą odpocząć. W pomieszczeniu tym najczęściej wystawiamy catering (kawa, herbata, woda, ciastka). Pomieszczenie jest wyposażone w ogromną kanapę i wygodne stoliki. Wnętrze ma otwierane okna i jest wyposażone w klimatyzację.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

# Kontakt



**Maksym Rzewuski**

**E-mail** [szkolenia@kontakt.pl](mailto:szkolenia@kontakt.pl)

**Telefon** (+48) 884 787 526