



## Kurs Suche igłowanie

Numer usługi 2026/04/21/55596/3504090

1 690,00 PLN brutto

1 690,00 PLN netto

76,82 PLN brutto/h

76,82 PLN netto/h

121,56 PLN cena rynkowa ⓘ

ODNOVA Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

9 721 ocen

📍 Warszawa / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 22 h

📅 26.09.2026 do 27.09.2026

## Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Kurs skierowany jest do:

- fizjoterapeutów,
- techników fizjoterapii,
- studentów fizjoterapii (warunkowo),
- lekarzy z PWZ,
- osteopatów,
- usługa adresowana jest również do uczestników projektów: Kierunek-Rozwój, Akademia HR, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II, Małopolski pociąg do kariery - sezon 1, Nowy start w Małopolsce z EURESem, Lubuskie Bony Rozwojowe, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe a także Pracodawców i ich Pracowników. .

Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.

Do udziału w szkoleniu zapraszamy również uczestników projektów realizowanych przez innych Operatorów BUR. Usługa jest dostępna dla osób spełniających wymagania kwalifikacyjne, niezależnie od tego, z którego projektu lub operatora korzystają.

Minimalna liczba uczestników

8

Maksymalna liczba uczestników

20

Data zakończenia rekrutacji

25-09-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

22

# Cel

## Cel edukacyjny

Uczestnik po zakończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnej pracy w zakresie bezpiecznego i efektywnego leczenia problemów mięśniowo-powięziowych oraz dolegliwości bólowych, za pomocą techniki igłowania. Uczestnik nabeździe wiedzę teoretyczną z zakresu wskazań oraz przeciwwskazań, neurofizjologicznego mechanizmu działania oraz protokołu postępowania w kontekście terapii rwy kulszowej, bólów głowy i zespołów bólowych.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik zna, definiuje i rozróżnia techniki suchego igłowania oraz przeciwwskazania i wskazania do ich stosowania	Uczestnik definiuje różnice pomiędzy akupunkturą wschodnią a zachodnią	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik określa rodzaje i techniki suchego igłowania	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik określa cele i zastosowanie kliniczne suchego igłowania	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik definiuje mechanizmy działania suchego igłowania w oparciu o EBM	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik określa różne reakcje pacjenta na igłowanie – DIMS	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik określa przeciwwskazania / wskazania niezbędne dla wykonania zabiegu suchego igłowania	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik samodzielnie leczy pacjentów przy wykorzystaniu techniki igłowania	Uczestnik rozróżnia, dobiera właściwe rozmiary igieł
Uczestnik samodzielnie i w sposób bezpieczny wykonuje zabieg suchego igłowania w różnych obszarach ciała pacjenta		Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik prezentuje techniki autoterapii (PIR/ Neuromobilizacje) oraz stosuje techniki igłoterapii w oparciu o formy terapeutyczne (PiR, Neuro)		Analiza dowodów i deklaracji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik komunikuje się z pacjentem, ustala potrzeby i oczekiwania	Uczestnik diagnozuje potrzeby pacjenta  Uczestnik komunikuje pacjentowi w sposób zrozumiały wskazania do wprowadzenia terapii oraz ewentualne przeciwwskazania i konsekwencje	Analiza dowodów i deklaracji  Analiza dowodów i deklaracji

## 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

**Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu: Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka.** Celem łatwiejszego osiągnięcia celu głównego uczestnicy powinni zapoznać się z materiałami dydaktycznymi otrzymanymi na kursie oraz zapoznać się z ogólnodostępną literaturą naukową.

Uczestnik po zakończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnej pracy w zakresie bezpiecznego i efektywnego leczenia problemów mięśniowo-powięziowych oraz dolegliwości bólowych, za pomocą techniki igłowania. Uczestnik nabedzie wiedzę teoretyczną z zakresu wskazań oraz przeciwwskazań, neurofizjologicznego mechanizmu działania oraz protokołu postępowania w kontekście terapii rwy kulszowej, bólów głowy i zespołów bólowych.

**Forma szkolenia: Trening połączony z wykładem, dyskusja, ćwiczenia, praca na sobie nawzajem lub na modelach. Uczestnicy pracują w parach, każda z par przy jednym stole fizjoterapeutycznym.**

**Czas: 22 godzin dydaktycznych**

**PROGRAM KURSU :**

**Dzień I**

1. Suche igłowanie - różnice pomiędzy akupunkturą wschodnią a zachodnią. Rodzaje i techniki suchego igłowania – cele i zastosowanie kliniczne;
2. Mechanizmy działania suchego igłowania w oparciu o EBM;
3. Uzupełnienie technik Igłoterapii o inne formy terapeutyczne (PiR, Neuro);
4. Omówienie różnych reakcji pacjenta na igłowanie – DIMS;
5. Jak odpowiednio dobrać rozmiar igły? BHP pracy z igłą! Metodyka wykonania zabiegu – dezynfekcja, sterylna technika, utylizacja igieł;
6. Przeciwwskazania i środki ostrożności przy wykonywaniu zabiegu. Zgoda pacjenta, ubezpieczenie OC fizjoterapeuty – kwestie formalno, prawne.
7. Pokaz suchego igłowania (praktyczne różnice między powierzchownym a głębokim igłowaniem):
  - Pasma biodrowo – piszczelowe – igłowanie powierzchowne;
  - czworogłowy uda – igłowanie głębokie.
8. Suche igłowanie w ujęciu klinicznym:
9. Mięśnie biegaczy – palpacja, igłowanie:
  - Naprężacz powięzi szerokiej;
  - Przednia część uda;
  - Grupa kulszowo – goleniowa;
  - Grupa przywodzicieli.
10. Suche igłowanie w przypadku rwy kulszowej + techniki autoterapii (PIR/ Neuromobilizacje)
  - Pośladkowy średni;
  - Gruszkowaty.
11. Suche igłowanie w przypadku tzw zespołów bólowych odcinka lędźwiowego kręgosłupa: stan ostry / stan przewlekły
  - Wielodzielny;
  - Najdłuższy grzbietu;
  - Biodrowo-żebrowy.

## **DZIEŃ II**

1. Suche igłowanie w ujęciu klinicznym:
  - Brzuchaty łydki;
  - Płaszczkowaty;
  - Piszczelowy przedni;
  - Strzałkowe.
2. Postępowanie w bólach głowy i karku:
  - części zstępującej czworobocznego;
  - Prostownik grzbietu cz. Th.
3. Bóle w okolicy klatki piersiowej, łopatki, barku, łokcia:
  - Podgrzebieniowy
  - Podłopatkowy
  - Równoległoboczny
  - Najszerszy grzbietu
  - Prostownik nadgarstka „łokieć tenisisty”
  - Zginacze nadgarstka „łokieć golfisty”
4. Dodatkowe techniki radzenia sobie z trudnymi lokalizacjami takimi jak:
  - Kąt górny łopatki
  - Czworoboczny grzbietu cz. wstępująca
  - Mięśnie leżące nad żebrami

## 5. Walidacja

*Opis zastosowania metod walidacji:*

### 1. Analiza dowodów i deklaracji w części praktycznej

*W procesie walidacji umiejętności praktycznych uczestników stosujemy metodę "analizy dowodów i deklaracji". Organizator szkolenia odpowiada za nagrywanie i przekazywanie materiałów walidatorowi. Materiał nagrywany jest w trakcie trwania szkolenia. Weryfikacja zebranych materiałów odbywa się w sposób zdalny. Uczestnicy powinni wyrazić stosowną zgodę na nagrywanie ich wizerunku wyłącznie celem przedłożenia dowodów walidatorowi, bądź poinformować osobę dokonującą utrwalenia ich wizerunku o braku wyrażania stosownej zgody, wówczas nagranie zostanie przeprowadzone w sposób uniemożliwiający identyfikację wizerunku uczestnika.*

*Procedura walidacji:*

- 1. Nagranie wykonania zadania - uczestnicy wykonują zadanie praktyczne pod nadzorem organizatora, który rejestruje materiał video.*
- 2. Przekazanie nagrania do walidatora - organizator przesyła materiał do oceny.*
- 3. Analiza nagrania przez walidatora - walidator dokonuje oceny na podstawie kryteriów weryfikacji, obejmujących m.in. poprawność wykonania procedur, zgodność z zasadami i normami oraz jakość techniczną wykonanych czynności.*

### 2. Weryfikacja wiedzy (teoria) Forma: test pisemny wielokrotnego wyboru, składający się z pytań zamkniętych.

*Weryfikacja wiedzy teoretycznej uczestników odbędzie się za pomocą testu ABC, który zostanie przeprowadzony pod koniec szkolenia.*

*Trener rozda test teoretyczny, przy zastrzeżeniu, że nie będzie ingerować w jakiegokolwiek formie w ocenę wyników testu ani w proces jego wypełniania. Następnie je zbierze. Organizator szkolenia odpowiada za przekazywanie testów wiedzy walidatorowi.*

*Walidator będzie włączony dopiero na etapie oceny i weryfikacji efektów uczenia się uczestników. Nie bierze bezpośrednio udziału w procesie kształcenia i nie podejmuje działań związanych z tworzeniem i kompletowaniem dokumentacji walidacyjnej.*

*Test teoretyczny - minimalny próg zaliczenia 80% poprawnych odpowiedzi.*

*Analiza zebranych dowodów i deklaracji - minimalny próg zaliczenia 80% przedłożonych dowodów i deklaracji zawiera poprawnie wykonane kryteria weryfikacji.*

Suche igłowanie, znane również jako „dry needling”, to precyzyjna, inwazyjna technika w procesie fizjoterapii, która ma na celu leczenie bólu i ograniczeń mięśniowo-powięziowych.

Z dobrymi rezultatami można ją zastosować w większości dolegliwości w grupie pacjentów ortopedycznych takich jak „zamrożony bark”, „łokieć tenisisty” i „łokieć golfisty” oraz w przebiegu kontuzji jakimi są „kolano skoczka” czy „kolano biegacza”.

Technika ta w wykonaniu przypomina akupunkturę, jednak różni się jej podstawy teoretyczne. Z powodzeniem zastosujesz ją w terapii ścięgna Achillesa, mięśni grupy kulszowo-goleniowej czy w przebiegu dolegliwości bólowych kręgosłupa. Suchą igłę wykorzystuje się w leczeniu dysfunkcji tkanki łącznej, leczeniu zaburzeń układu mięśniowo-powięziowego w przebiegu takich jednostek jak „rwa kulszowa”, „rwa barkowa” czy bóle głowy.

Najczęściej wykonywana jest w celu uwolnienia punktów spustowych oraz w przywróceniu prawidłowej kontroli motorycznej po długotrwałym unieruchomieniu bądź kontuzji. Suche igłowanie wpływa na zwiększenie zakresu ruchomości poprzez rozluźnienie mięśni oraz poprawę przewodnictwa nerwowo-mięśniowego. Szczególnym wskazaniem do zastosowania Igloterapii w procesie fizjoterapii jest Zespół Bólu Mięśniowo-Powięziowego (MPPS), który stanowi jeden z najczęstszych powodów bólu tegoż układu. MPPS stanowi częstą przyczyną napięciowego bólu głowy, bólów w obrębie stawu barkowego, biodrowego i kolanowego. Terapia z użyciem sterylnej igły akupunkturowej zalecana jest także w terapii bólu poprzez stymulacje i drażnienie nocycceptorów co czyni ją użyteczną techniką w terapii takich zespołów jak: „cieśni nadgarstka”, „ciasnota podbarkowa” czy ITBS. Igloterapia jest powszechnie wykorzystywana w terapii osób amatorsko lub wyczynowo uprawiających sport, dzieje się tak poprzez wpływ igły na poprawę mikrokrążenia tkankowego, drenaż płynów oraz przyspieszenie regeneracji powysiłkowej.

Kurs trwa 22 godz. dydaktycznych, co stanowi 16 h 30 min zegarowych. W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 2 h. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Krótkie przerwy dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dydaktyczna (szkoleniowa) = 45 min

Liczba godzin kursu obejmuje:

zajęcia teoretyczne - 7 godz. dydakt.

zajęcia praktyczne - 15 godz. dydakt.

*Weryfikacja obecności odbywa się na podstawie listy obecności podpisanej podczas szkolenia. Wymagana obecność minimum 80%.*

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 8

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 8</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – Dzień I, punkty 1-6, teoria 90 min	mgr Katarzyna Grabowska	26-09-2026	09:00	13:00	04:00
<b>2 z 8</b> Przerwa	mgr Katarzyna Grabowska	26-09-2026	13:00	14:00	01:00
<b>3 z 8</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – Dzień I, punkty 7-11, teoria 90 min	mgr Katarzyna Grabowska	26-09-2026	14:00	18:45	04:45
<b>4 z 8</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – Dzień II, punkty 1-2, teoria 90 min	mgr Agnieszka Mikołajczak	27-09-2026	08:00	12:00	04:00
<b>5 z 8</b> Przerwa	mgr Agnieszka Mikołajczak	27-09-2026	12:00	13:00	01:00
<b>6 z 8</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – Dzień II, punkty 3-4, teoria 45 min	mgr Agnieszka Mikołajczak	27-09-2026	13:00	15:45	02:45
<b>7 z 8</b> Przeprowadzenie testu, zebranie dowodów i deklaracji	mgr Agnieszka Mikołajczak	27-09-2026	15:45	16:00	00:15
<b>8 z 8</b> Walidacja	-	27-09-2026	16:00	16:45	00:45

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	1 690,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	1 690,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	76,82 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	76,82 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

### mgr Katarzyna Grabowska

Magister fizjoterapii, specjalizująca się w terapii zaburzeń stawu skroniowo-żuchwowego oraz fizjoterapii stomatologicznej u dorosłych i dzieci. Absolwentka Wyższej Szkoły Edukacji i Terapii im. Kazimierzy Milanowskiej w Poznaniu oraz filologii włoskiej na Università degli Studi di Macerata. Na co dzień pracuje w gabinecie KORE Fizjoterapia Specjalistyczna w Swarzędzu, gdzie zajmuje się fizjoterapią stomatognatyczną oraz ortopedyczną. Od 2022 roku jest również wykładowczynią w Wyższej Szkole Edukacji i Terapii w Poznaniu, prowadzi zajęcia z zakresu zaburzeń czaszkowo-żuchwowych w ramach studiów podyplomowych „Kompleksowa Terapia Manualna” oraz „Fizjoterapia Estetyczna”.

Ukończyła liczne szkolenia i kursy z zakresu fizjoterapii manualnej, stomatologicznej oraz diagnostyki narządu ruchu, m.in.:

DNS Dynamic Neurostabilization Clinic, Syntonic

MFS Functional Orthodontic Therapist – certyfikacja Orthodontic World Institute, Universidad de Barcelona

CRAFTA – Cranial Facial Therapy Academy

Terapia Stawów Skroniowo-Żuchwowych (TMJ) – moduł I i II, Valerio Palmerini

Stawy skroniowo-żuchwowe

Osteopathic Approach to the TMJ and Headaches

Dry Needling – suche igłowanie

USG dla fizjoterapeutów

Trenerka zrealizowała co najmniej 100h szkoleniowych w ciągu ostatnich 12 m-cy oraz posiada nieprzerwane i ciągłe doświadczenie zawodowe w branży od co najmniej 5 lat, liczone wstecz od daty rozpoczęcia usługi.



2 z 2

### mgr Agnieszka Mikołajczak

Fizjoterapeutka, terapeutka CST- ADV, VM i MM. Absolwentka Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu. Ukończyła studia podyplomowe z pedagogiki szkolnej. Uczestniczka szkoleń z zakresu pracy z ciałem i umysłem człowieka (terapia cranio-sacralna, terapia wisceralna, medycyna manualna, masaże). Asystentka z zakresu terapii CST przy Institute Upledger Poland oraz prezes Stowarzyszenia Towarzystwo Masażystów Polskich. Na co dzień praktykuje jako terapeutka w

Centrum Fizjoterapii Specjalistycznej [www.fizjoterapia-masaz.pl](http://www.fizjoterapia-masaz.pl) w Poznaniu oraz pracuje jako wykładowca na AWF w Gorzowie Wielkopolskim prowadząc zajęcia „Fizjoterapia w dysfunkcjach narządu ruchu” oraz na WSEiT na studiach podyplomowych na kierunku Kompleksowa terapia manualna prowadząc zajęcia z zakresu terapii wisceralnej oraz uczy masaży na kierunku Technik masażysta. Prowadzi również szkolenia z zakresu masażu i terapii w Specjalistycznym Centrum Szkoleniowym KMP. Miłośniczka pracy z człowiekiem jako całością uwzględniając wszystkie aspekty wpływające na funkcjonowanie człowieka jako jednostki i w społeczeństwie. Trenerka zrealizowała co najmniej 100h szkoleniowych w ciągu ostatnich 12 m-cy oraz posiada nieprzerwane i ciągłe doświadczenie zawodowe w branży od co najmniej 5 lat, liczone wstecz od daty rozpoczęcia usługi.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Na początku kursu kursanci otrzymują skrypt obejmujący materiał dydaktyczny przygotowany dla danego szkolenia.

### Warunki uczestnictwa

1. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.
2. Przed dokonaniem zapisu na usługę w BUR wymagane jest zgłoszenie poprzez formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie <https://odnova.org.pl/kursy> pod opisem wybranego szkolenia, w celu potwierdzenia dostępności miejsca.
3. Uczestniczki będące w ciąży, bądź podejrzewające, że mogą być w ciąży, winny skonsultować z Organizatorem swój stan, celem ustalenia czy mogą wziąć udział w usłudze.
4. Wymagane jest zapoznanie się i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych ODNOVA.
5. Zapis w BUR na usługę powinien nastąpić najpóźniej na 1 dzień przed rozpoczęciem kursu.
6. Uczestnicy przyjmują do wiadomości i wyrażają zgodę na utrwalanie ich wizerunku podczas prowadzonej walidacji w celu dokonania analizy dowodów i deklaracji przez walidatora. W innych celach niż wskazany wymagana jest odrębna zgoda uczestnika.

## Informacje dodatkowe

### **.Podstawa zwolnienia z VAT: art. 43 ust. 1 pkt 26 lit. a Ustawa o podatku od towarów i usług**

Kurs nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności Organizator nie pokrywa oraz nie dokonuje zwrotu kosztów związanych z dojazdem uczestnika na usługę, jego zakwaterowaniem oraz wyżywieniem.

Organizator zapewnia realizację usługi rozwojowej uwzględniając potrzeby osób ze szczególnymi potrzebami funkcjonalnymi zgodnie ze Standardami dostępności dla polityki spójności 2021-2027. Zatem uczestnik ze szczególnymi potrzebami powinien na co najmniej 7 dni kalendarzowych przed rozpoczęciem kursu zgłosić Organizatorowi dodatkowe wymagania/swoje potrzeby umożliwiające mu udział w usłudze.

Zawarto umowę z: WUP w Toruniu w ramach projektu Kierunek-Rozwój, WUP w Krakowie w ramach projektu "Małopolski pociąg do kariery" oraz "Nowy start w Małopolsce z EURESem, WUP w Szczecinie w ramach projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe.

## Adres

ul. Eugeniusza Romera 10/b11  
02-784 Warszawa  
woj. mazowieckie

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Sala będzie spełniała bezpieczne i higieniczne warunki pracy

## Kontakt



**Joanna Dobska**

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

**Telefon** (+48) 694 225 457