



POLSKA AKADEMIA  
BIZNESU SPÓŁKA Z  
OGRA NICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ

★★★★★ 5,0 / 5

305 ocen

## SZKOLENIE KOSMETOLOGIA – Podstawowe Zabiegi, Pierwsze kroki w Kosmetologii, Start w Branży Beauty, Diagnostyka Skóry, Masaż Kosmetyczny Twarzy, Szyi i Dekoltu. Szkolenie z uwzględnieniem zielonych kompetencji.

Numer usługi 2026/04/22/193740/3506746

📍 Olsztyn

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 12:00 h

📅 30.06.2026 do 30.06.2026

3 813,00 PLN brutto

3 100,00 PLN netto

317,75 PLN brutto/h

258,33 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

### Grupa docelowa usługi

Szkolenie przeznaczone dla osób, które chcą podnieść swoje umiejętności lub nabyć nowe w zakresie planowania podstawowych zabiegów kosmetycznych w gabinecie jednocześnie świadomie podchodząc do aspektów zdrowia, bezpieczeństwa i wpływu stosowanych preparatów na środowisko i zdrowie klientów. Brak wymaganych warunków, aby wziąć udział w szkoleniu. Wszelka wiedza zostanie przekazana na szkoleniu.

### Minimalna liczba uczestników

1

### Maksymalna liczba uczestników

4

### Data zakończenia rekrutacji

29-06-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

12

### Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Znak Jakości TGLS Quality Alliance

## Cel

### Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do samodzielnego przeprowadzenia podstawowych zabiegów w gabinecie, diagnostyki skóry, masażu kosmetycznego oraz ułożenia dedykowanego Beauty Planu z uwzględnieniem zasad minimalizacji negatywnego wpływu na środowisko (racjonalne użycie preparatów, selekcja opakowań, bezpieczne usuwanie odpadów). Ponadto kurs zwiększy świadomość wpływu kosmetologii estetycznej na zdrowie i środowisko, promujące zrównoważone i odpowiedzialne praktyki w branży beauty.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Omawia rodzaje skór wraz z uwzględnieniem ich charakterystyki, w zależności od rozpoznanej skóry dobiera prawidłowe preparaty mające zastosowanie w gabinecie, oraz projektuje dopasowany Beauty Plan do potrzeb skóry wpływ składników aktywnych na zdrowie i środowisko oraz zasady minimalizacji odpadów. Pracuje zgodnie z zasadami ergonomii, higieny i odpowiedzialnej kosmetologii, ze szczególnym uwzględnieniem zasad zrównoważonego rozwoju, minimalizacji wpływu środowiskowego oraz świadomego zarządzania zasobami w gabinecie.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Charakteryzuje rodzaje skór oraz ich podział w kontekście świadomego planowania zabiegów ograniczających zużycie preparatów i zasobów.</li> <li>2.Omawia preparaty mające zastosowanie w gabinecie i ich skład oraz zastosowanie uwzględnieniem ograniczania odpadów, wyboru produktów biodegradowalnych, niskotoksycznych oraz posiadających certyfikaty ekologiczne (np. Ecocert, Cosmos, Vegan Society).</li> <li>3.Omawia podstawowe informacje z budowy skór.</li> <li>4.Opisuje podstawowe sprzęty stosowane w gabinecie oraz ich bezpieczeństwo i zapewniający minimalizację zużycia produktów i strat materiałowych.</li> <li>5.Projektuje plan zabiegowy z naciskiem na z uwzględnieniem ekologicznych procedur dezynfekcji, racjonalnego zużycia wody i środków o niskim wpływie na środowisko. Stosuje zasady gospodarki obiegu zamkniętego (GOZ), w tym ograniczanie materiałów jednorazowych, wybór rozwiązań wielorazowych oraz prawidłową segregację odpadów.</li> <li>6. Wykonuje podstawowy masaż kosmetyczny twarzy, szyi i dekoltu edukując klienta w zakresie świadomych wyborów i ograniczania marnotrawstwa. Uwzględnia także monitorowanie zużycia energii, wody i materiałów w gabinecie.</li> </ol>	<p>Wywiad swobodny</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Przygotowuje klienta do zabiegu oraz wykonuje zabieg dopasowany do potrzeb skóry z uwzględnieniem zasad higieny, segregacji odpadów i odpowiedzialnego użycia materiałów. Stosuje zasady higieny i bezpieczeństwa pracy w gabinecie oraz pracuje zgodnie z zasadami zrównoważonej i odpowiedzialnej kosmologii, w tym</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Przeprowadza z klientem wywiad na temat stanu zdrowia w sposób zapewniający świadome planowanie zabiegu i minimalizację i racjonalne zużycie preparatów oraz materiałów.</li> <li>2. Omawia z klientem możliwości do osiągnięcia efektu zabiegowego z zasadami bezpieczeństwa, higieny oraz odpowiedzialnego gospodarowania materiałami jednorazowymi, ograniczając ich użycie, gdy jest to możliwe i bezpieczne.</li> <li>3. Dobiera odpowiednie preparaty zabiegowe zgodnie z procedurą dopasowane do potrzeb danej skóry biorąc pod uwagę ich wpływ na środowisko.</li> <li>4. Organizuje stanowisko pracy zgodnie z zasadami eko-projektowania (oświetlenie LED, ograniczenie trybu standby, racjonalne zużycie wody, wykorzystanie światła naturalnego). Stosuje środki czystości i dezynfekcji o niskim wpływie na środowisko.</li> <li>5. Prowadzi segregację odpadów, analizuje ich ilość oraz wskazuje możliwości ograniczenia. Minimalizuje zużycie materiałów jednorazowych i świadomie dobiera ilość preparatów. Edukuje klienta w zakresie ekologicznej pielęgnacji i ograniczania marnotrawstwa.</li> </ol>	<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 rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?**

TAK

## Program

Szkolenie przeznaczone dla osób, które chcą podnieść swoje umiejętności lub nabyć nowe w zakresie planowania podstawowych zabiegów kosmetycznych w gabinecie jednocześnie świadomie podchodząc do aspektów zdrowia, bezpieczeństwa i wpływu stosowanych preparatów na środowisko i zdrowie klientów. Brak wymaganych warunków, aby wziąć udział w szkoleniu. Wszelka wiedza zostanie przekazana na szkoleniu.

Usługa przygotowuje do samodzielnego przeprowadzenia podstawowych zabiegów w gabinecie, diagnostyki skóry, masażu kosmetycznego oraz ułożenia dedykowanego Beauty Planu z uwzględnieniem zasad minimalizacji negatywnego wpływu na środowisko (racjonalne użycie preparatów, selekcja opakowań, bezpieczne usuwanie odpadów). Ponadto kurs zwiększy świadomość wpływu kosmologii estetycznej na zdrowie i środowisko, promujące zrównoważone i odpowiedzialne praktyki w branży beauty.

### **Zakres tematyczny szkolenia:**

**DZIEŃ 1:** Podstawy kosmologii- podstawowe informacje

**Część teoretyczna:** (3 godziny)

#### **Wprowadzenie do kosmologii**

- Wprowadzenie do kosmologii z uwzględnieniem roli kosmologa w promowaniu zrównoważonego rozwoju oraz odpowiedzialnej pracy w branży beauty
- Bezpieczeństwo, higiena i dezynfekcja stanowiska rozszerzone o zasady zrównoważonego stosowania materiałów jednorazowych, ograniczania zużycia plastiku oraz ekologicznej utylizacji odpadów
- Budowa skóry z uwzględnieniem wpływu czynników środowiskowych na jej kondycję
- Diagnostyka skóry: rodzaje cery i podstawowe problemy z omówieniem zasad prawidłowego postępowania z odpadami medycznymi oraz ochrony środowiska
- Beauty plan – projektowanie i omówienie z uwzględnieniem świadomego doboru preparatów, analizy składów oraz wpływu substancji aktywnych na zdrowie i środowisko
- Wskazania i przeciwwskazania z uwzględnieniem odpowiedzialnego doboru procedur zabiegowych
- Dobór preparatów i środków dezynfekcyjnych o niskiej toksyczności i biodegradowalnych składnikach;
- Rozpoznawanie eko-certyfikatów (Ecocert, Cosmos, Vegan Society) oraz ocena wpływu produktów na środowisko;
- Zasady Gospodarki Obiegu Zamkniętego (GOZ) w gabinecie – ograniczanie odpadów, wybór materiałów wielorazowych, recykling;
- Eko-projektowanie stanowiska pracy: energooszczędne urządzenia, retencja wody, wentylacja i wykorzystanie światła naturalnego;
- Systemowe myślenie o wpływie gabinetu na środowisko – monitorowanie zużycia energii, wody i materiałów
- Komunikacja z klientem w zakresie ekologicznych wyborów i odpowiedzialnej pielęgnacji.

#### **Techniki zabiegowe i przygotowanie do zabiegu:**

- Oczyszczanie twarzy z naciskiem na optymalizację zużycia preparatów i wody
- Przygotowanie skóry: demakijaż, tonizacja, peeling z akcentem na zmniejszanie zużycia materiałów jednorazowych i minimalizowanie odpadów
- Zmiękczenie skóry i otwieranie porów z uwzględnieniem efektywnego wykorzystania preparatów
- Zamykanie porów, maski łagodzące, pielęgnacja końcowa z naciskiem na świadomy dobór produktów i ograniczenie strat materiałowych
- Zabiegi pielęgnacyjne twarzy wzbogacone o edukację klienta w zakresie świadomych i odpowiedzialnych wyborów pielęgnacyjnych
- Maski algowa, maski kremowe – dobór do typu cery z uwzględnieniem składu, bezpieczeństwa i wpływu na środowisko
- Ampułki i sera – dobór i aplikacja z uwzględnieniem racjonalnego zużycia oraz prawidłowej segregacji opakowań
- Masaż kosmetyczny twarzy, szyi i dekoltu – podstawy z uwzględnieniem minimalizacji zużycia preparatów
- Wspomaganie zabiegów przy użyciu aparatury z uwzględnieniem efektywnego zużycia energii
- przygotowanie stanowiska pracy zgodnie z zasadami higieny oraz ograniczania zużycia jednorazowych materiałów
- świadomy dobór kosmetyków do masażu z uwzględnieniem składników naturalnych, wegańskich i biodegradowalnych
- podstawy ekologicznego funkcjonowania gabinetu kosmetycznego (ograniczanie odpadów, racjonalne zużycie wody i energii)

**Część praktyczna:** (5 godzin)

- Diagnostyka i ocena skór na modelkach z uwzględnieniem planowania zabiegów w sposób ograniczający nadmierne zużycie produktów
- Wykonanie podstawowego zabiegu dopasowanego do potrzeb skóry z uwzględnieniem:
- bezpiecznego postępowania z odpadami
- prawidłowej segregacji zgodnej z wytycznymi
- racjonalnego zużycia preparatów i materiałów
- ograniczania ilości odpadów jednorazowych
- optymalizacji zużycia wody i energii
- pracy zgodnej z zasadami ekologicznej i odpowiedzialnej kosmologii
- wdrażania dobrych praktyk „green beauty” w codziennej pracy

#### **Walidacja (15 minut)**

Walidacja odbędzie się poprzez wywiad swobodny z kursantami oraz obserwację w warunkach rzeczywistych. Osoba przeprowadzająca walidację dołączy pod koniec części edukacyjnej. Osoba walidująca będzie obecna na sali, obserwując prace uczestniczek, nie ingerując w proces edukacyjny. Po części edukacyjnej osoba walidująca przeprowadzi z kursantami wywiad swobodny. Na wywiad swobodny przewidziane jest 15 minut na każdego uczestnika.

#### **Informacje organizacyjne**

Usługa realizowana jest w godzinach dydaktycznych. Przerwa jest wliczana w harmonogram szkolenia.

W ramach realizacji usługi w części praktycznej na jednego kursanta przypadają 2 modelki.

Obecność kursanta sprawdzana jest na podstawie listy obecności.

Usługa prowadzona jest maksymalnie w grupie 4 osobowej. W czasie trwania części teoretycznej kursanci siedzą przy stole podczas, gdy wykładowca omawia prezentację wyświetlaną na telewizorze. Podczas części praktycznej na każdego kursanta przypadają dwie modelki, wykonując zabieg przy fotelu kosmetycznym.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 8

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 8</b> Wprowadzenie do kosmologii	KAROLINA ŻEBROWSKA	30-06-2026	09:00	10:30	01:30
<b>2 z 8</b> Przerwa	KAROLINA ŻEBROWSKA	30-06-2026	10:30	10:45	00:15
<b>3 z 8</b> Techniki zabiegowe i przygotowanie do zabiegu:	KAROLINA ŻEBROWSKA	30-06-2026	10:45	12:15	01:30
<b>4 z 8</b> Przerwa	KAROLINA ŻEBROWSKA	30-06-2026	12:15	12:30	00:15
<b>5 z 8</b> Część praktyczna	KAROLINA ŻEBROWSKA	30-06-2026	12:30	15:30	03:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 8 Przerwa	KAROLINA ŻEBROWSKA	30-06-2026	15:30	15:45	00:15
7 z 8 Część praktyczna	KAROLINA ŻEBROWSKA	30-06-2026	15:45	17:45	02:00
8 z 8 Walidacja	-	30-06-2026	17:45	18:00	00:15

## Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania za zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2024 r. o podatku od towarów i usług, jeśli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 813,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 100,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	317,75 PLN
Koszt osobogodziny netto	258,33 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### KAROLINA ŻEBROWSKA

Karolina Żebrowska od ponad 10 lat związana jest z branżą kosmetologii estetycznej. Ukończyła kierunek Kosmetologia Nowoczesna w Wyższej Szkole Nauk o Zdrowiu w Bydgoszczy. Doświadczenie zawodowe zdobywała w gabinetach kosmetycznych, realizując zabiegi z zakresu kosmetologii pielęgnacyjnej, terapii manualnych oraz zaawansowanych technologii HiTech.

W ostatnich 5 latach uczestniczyła w szkoleniach specjalistycznych dotyczących peelingów powierzchniowych, technik łączonych, planowania terapii skojarzonych oraz pracy z aparaturą kosmetyczną wykorzystywaną w zabiegach ujędrniających, regeneracyjnych i przeciwstarzeniowych. Posiada doświadczenie w opracowywaniu indywidualnych programów zabiegowych łączących procedury manualne i aparaturowe. Od 3 lat prowadzi własny gabinet kosmetyki estetycznej w Iławie, realizując usługi zgodnie z aktualnymi standardami branżowymi. Posiadane wykształcenie oraz praktyka zawodowa potwierdzają jej kompetencje do prowadzenia usług rozwojowych.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

W dniu rozpoczęcia szkolenia każda kursantka otrzymuje skrypt z podstawowymi informacjami poruszonymi na szkoleniu. Po zakończeniu szkolenia każda kursantka otrzymuje certyfikat w języku polskim.

### Informacje dodatkowe

Organizator szkolenia zapewnia niezbędne narzędzia do zajęć w trakcie szkolenia. Koszty dojazdu i zakwaterowania uczestnik pokrywa we własnym zakresie.

W przypadku gdy usługa będzie dofinansowana w wysokości min 70%, zostanie zwolniona z podatku VAT na podstawie DZ.U. z 2013.0.955 t.j. - Rozporządzenie Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień, zwolnienie z VAT zgodnie z treścią § 3 ust. 1 pkt 14

## Adres

ul. Gietkowska 10  
10-170 Olsztyn  
woj. warmińsko-mazurskie

Usługa odbędzie się przy ul. Gietkowska 10 w Olsztynie. Sala szkoleniowa przygotowana jest do prowadzenia zajęć teoretycznych oraz ćwiczeń praktycznych.

### Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## Kontakt



**Monika Piórkowska**

**E-mail** mn.piorkowska@gmail.com

**Telefon** (+48) 737 176 222