



Akademia Opieki Senioralnej

Numer usługi 2026/04/23/28897/3509845

1 700,00 PLN brutto

1 700,00 PLN netto

85,00 PLN brutto/h

85,00 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

TEB EDUKACJA
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5

42 oceny

📍 Tychy
🏠 Usługa szkoleniowa
📄 stacjonarna
🕒 20:00 h
📅 13.06.2026 do 14.06.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane do osób dorosłych , pracujących lub planujących pracę w opiece nad osobami starszymi, w tym opiekunów, pracowników placówek opiekuńczych i medycznych oraz osób chcących zdobyć praktyczne umiejętności w zakresie masażu, terapii ręki i reedukacji chodu.
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	10
Data zakończenia rekrutacji	05-06-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	20
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest nabycie i rozwinięcie praktycznych umiejętności w zakresie masażu, terapii funkcjonalnej ręki oraz reedukacji chodu u osób starszych, a także przygotowanie uczestników do bezpiecznego i skutecznego wspierania sprawności oraz samodzielności podopiecznych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik rozróżnia wskazania i przeciwwskazania do masażu u osób starszych.	Poprawnie wskazuje min. 3 wskazania i 3 przeciwwskazania, omawia wpływ masażu na tkanki.	Test teoretyczny
Uczestnik wykonuje podstawowe techniki masażu klasycznego.	Prawidłowo wykonuje techniki (głaskanie, rozcieranie, ugniatanie) zgodnie z zasadami.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik stosuje elementy terapii przeciwbrzękowej i drenażu limfatycznego.	Dobiera techniki do problemu pacjenta, wykonuje podstawowy schemat drenażu.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik wykonuje podstawowe ćwiczenia terapii funkcjonalnej ręki.	Dobiera ćwiczenia do potrzeb pacjenta, prawidłowo je demonstruje.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik analizuje chód osoby starszej i dobiera odpowiednie ćwiczenia.	Identyfikuje nieprawidłowości chodu i proponuje ćwiczenia.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik wykonuje podstawowe elementy reedukacji chodu i pionizacji.	Prawidłowo przeprowadza instruktaż i asekurację pacjenta.	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 rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

1. Masaż i elementy terapii w praktyce opiekuna osób starszych:

- wpływ masażu na tkanki, wskazania i przeciwwskazania,
- podstawowe techniki i chwyt masażu, masaż klasyczny,
- wybranych obszarów,- elementy terapii punktów spustowych,
- manualny drenaż limfatyczny i ćwiczenia przeciwobrzękowe.
- profilaktyka przeciwoleżynowa.

2. Terapia funkcjonalna ręki:

- anatomia funkcjonalna kończyny górnej i stabilizacja centralna,
- terapia manualna mięśni i stawów kończyny górnej,
- stabilizacja łopatki i jej wpływ na funkcje ręki,
- elementy kinesiotapingu oraz terapii sensomotorycznej,
- ćwiczenia manualne i proprioceptywne.

3. Reedukacja chodu:

- analiza chodu osoby starszej,
- elementy pionizacji pacjenta,
- nauka i reedukacja chodu,
- ćwiczenia funkcjonalne i praktyczne zastosowanie technik.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 11

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 11 Masaż – podstawy teoretyczne: wpływ na tkanki, wskazania i przeciwwskazania	Sara Bajura	13-06-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 11 Podstawowe techniki masażu klasycznego – wprowadzenie i pokaz	Sara Bajura	13-06-2026	10:40	12:10	01:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 11 Praktyka masażu wybranych obszarów, elementy terapii punktów spustowych	Sara Bajura	13-06-2026	12:20	13:50	01:30
4 z 11 Manualny drenaż limfatyczny, ćwiczenia przeciwobrzękowe, profilaktyka przeciwoleżynowa	Sara Bajura	13-06-2026	14:00	15:30	01:30
5 z 11 Terapia funkcjonalna ręki – anatomia funkcjonalna, stabilizacja centralna	Sara Bajura	13-06-2026	15:40	17:10	01:30
6 z 11 Terapia manualna kończyny górnej, stabilizacja łopatki	Sara Bajura	14-06-2026	09:00	10:30	01:30
7 z 11 Ćwiczenia funkcjonalne ręki, propriocepcja, elementy kinesiotapingu.	Sara Bajura	14-06-2026	10:40	12:10	01:30
8 z 11 Reedukacja chodu – analiza chodu osoby starszej, pionizacja.	Sara Bajura	14-06-2026	12:20	13:50	01:30
9 z 11 Nauka i reedukacja chodu – ćwiczenia praktyczne	Sara Bajura	14-06-2026	14:00	15:30	01:30
10 z 11 Ćwiczenia funkcjonalne.	Sara Bajura	14-06-2026	15:40	16:40	01:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
11 z 11 Podsumowanie szkolenia, walidacja efektów uczenia się.	-	14-06-2026	16:40	17:10	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 700,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 700,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	85,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	85,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Sara Bajura

Pani Sara Bajura jest magistrem fizjoterapii. Jest absolwentką Uniwersytetu Medycznego im. Piastów Śląskich we Wrocławiu. Dodatkowo ukończyła poniższe kursy i szkolenia:

- 2016 - Terapia powięziowa w modelu holistycznym "Terapia Punktów Spustowych - Trigger Points"
- 2016 - Zastosowanie terapii tkanek miękkich w terapii wisceralnej
- 2017 - Kinesiotaping (KT1, KT2)
- 2018 - System Spiralnej Stabilizacji Mięśniowej (st.I) 2017 - MDT McKenzie (mod. A)
- 2019 - MDT McKenzie (mod. B)
- 2019 - Trójbój siłowy
- 2019 - Programowanie treningu siłowego
- 2019 - Flossing w terapii i treningu
- 2019 - Instruktor sportu, spec. pływanie
- 2019 - Intensywna funkcjonalna fizjoterapia dorosłych chorych po uszkodzeniu mózgu
- 2020 - Neurorehabilitacja z terapią funkcjonalną ręki
- 2020 - Manipulacje krótkodźwigniowe (HVLA)
- 2020 - MDT McKenzie (mod. C) 2021 - Funkcjonalny trening zdrowotny
- 2021 - Terapia wisceralna

2021 - Dotyk Dla Zdrowia (I-IV)

2021 2021 - Brain Formatting

Pani Sara stawia na interakcję, aktywną pracę warsztatową i realne przykłady z praktyki zawodowej, co sprawia, że nauka z nią to nie tylko teoria, ale przede wszystkim realne umiejętności do wykorzystania w pracy z klientem czy pacjentem.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Szkoła zapewnia materiały niezbędne do nauki.

Warunki uczestnictwa

Ukończone 18 lat.

Informacje dodatkowe

Dokumenty, które otrzymuje osoba pełnoletnia po ukończeniu kursu:

- Zaświadczenie o ukończeniu kursu wydawane na podstawie Rozporządzenia Ministra Edukacji i Nauki.
- Certyfikat TEB Edukacja.

Adres

al. Jana Pawła II 24

43-100 Tychy

woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe

Kontakt



YULIIA KNYSH

E-mail yulii.knysh@teb-edukacja.pl

Telefon (+48) 571 211 392