



POLSKA AKADEMIA  
BIZNESU SPÓŁKA Z  
OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ

★★★★★ 5,0 / 5

305 ocen

## SZKOLENIE KOSMETOLOGIA – Podstawowe Zabiegi Drenaż limfatyczny twarzy, szyi i dekoltu. Szkolenie z uwzględnieniem zielonych kompetencji.

Numer usługi 2026/04/30/193740/3526387

📍 Olsztyn

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 12:00 h

📅 24.08.2026 do 24.08.2026

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 jest dla osób, które chcą rozpocząć pracę w branży beauty, jak i dla tych, które posiadają doświadczenie zawodowe oraz prowadzą gabinety kosmetyczne. Program pozwala zdobyć praktyczne umiejętności wykonywania podstawowego manualnego drenażu limfatycznego twarzy, szyi i dekoltu oraz uporządkować wiedzę z zakresu pielęgnacji skóry wymagającej poprawy mikrokrążenia i redukcji obrzęków. Szkolenie kierowane jest do osób, które chcą świadomie wykonywać zabiegi drenażu limfatycznego, dobierać odpowiednie preparaty kosmetyczne oraz planować procedury zabiegowe z uwzględnieniem bezpieczeństwa klienta i wpływu stosowanych preparatów na środowisko. Nie są wymagane żadne warunki wstępne - cała wiedza przekazywana jest w trakcie szkolenia, a osoby posiadające doświadczenie mogą pogłębić i uporządkować swoje kompetencje w zakresie podstawowych zabiegów drenażu limfatycznego.

### Minimalna liczba uczestników

2

### Maksymalna liczba uczestników

4

### Data zakończenia rekrutacji

23-08-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

12

### Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Znak Jakości TGLS Quality Alliance

# Cel

## Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestnika do samodzielnego wykonywania manualnego drenażu limfatycznego twarzy, szyi i dekoltu w gabinecie kosmetycznym oraz do planowania terapii wspierających poprawę mikrokrążenia i redukcję obrzęków. Program uwzględnia również zasady racjonalnego wykorzystania preparatów kosmetycznych i materiałów jednorazowych oraz minimalizacją negatywnego wpływu na środowisko. Zabiegi mają charakter wyłącznie kosmetyczny i nie stanowią procedur medycznych.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Charakteryzuje budowę skóry twarzy, rozpoznaje podstawowe problemy skóry oraz wskazania i przeciwwskazania do oczyszczania manualnego. Stosuje terapie wspomagające oczyszczanie skóry problematycznej z uwzględnieniem świadomego doboru preparatów. wykonuje podstawowy manualny drenaż limfatyczny twarzy, szyi i dekoltu. opracowuje zalecenia pielęgnacji domowej po zabiegu, uwzględniając świadomą i odpowiedzialną pielęgnację</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Omawia budowę skóry i najczęstsze problemy skórne,</li><li>2. rozróżnia wskazania i przeciwwskazania do zabiegu</li><li>3. uzasadnia dobór delikatnego preparatu kwasowego wspierającego terapię skóry trądzikowej</li><li>4. omawia zasadność zastosowania darsonwalizacji po oczyszczaniu</li><li>5. wyjaśnia dobór preparatów regenerujących, np. Estgen</li><li>6. uzasadnia racjonalny dobór produktów z uwzględnieniem ograniczenia strat materiałowych</li><li>7. wyjaśnia wpływ zabiegu na redukcję obrzęków i poprawę mikrokrążenia</li><li>8. omawia zasady pielęgnacji skóry problematycznej i wskazuje racjonalne stosowanie preparatów przez klienta</li></ol> <p>wyjaśnia zasady racjonalnego gospodarowania preparatami</p>	<p>Wywiad swobodny</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Przygotowuje stanowisko pracy oraz klienta zgodnie z zasadami higieny, bezpieczeństwa i zasadami ograniczania wpływu zabiegu na środowisko. Wykonuje prawidłową sekwencję zabiegu oczyszczania manualnego twarzy. Stosuje terapie wspomagające oczyszczanie skóry problematycznej z uwzględnieniem świadomego doboru preparatów. Wykonuje podstawowy manualny drenaż limfatyczny twarzy, szyi i dekoltu. Stosuje zielone kompetencje w codziennej pracy gabinetowej</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Przygotowuje stanowisko zgodnie z procedurami higienicznymi</li> <li>2. Dobiera niezbędną ilość materiałów jednorazowych ogranicza nadmierne zużycie preparatów i wody, przestrzega zasad BHP</li> <li>3. Przygotowuje skórę poprzez rozpulchnienie, przeprowadza manualne oczyszczanie zgodnie z kolejnością etapów</li> <li>4. Zachowuje bezpieczeństwo pracy dobiera i aplikuje delikatny preparat kwasowy wspierający terapię skóry trądzikowej</li> <li>5. Stosuje darsonwalizację po oczyszczeniu</li> <li>6. Aplikuje preparaty regenerujące, np. Estgen</li> <li>7. Wykonuje techniki drenażu zgodnie z przebiegiem układu limfatycznego</li> <li>8. Analizuje potrzeby skóry po oczyszczeniu, dobiera odpowiednią maskę, np. algową</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 rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

# Program

Usługa przygotowuje uczestnika do samodzielnego wykonywania manualnego drenażu limfatycznego twarzy, szyi i dekoltu w gabinecie kosmetycznym oraz do planowania terapii wspierających poprawę mikrokrążenia i redukcję obrzęków. Program uwzględnia również zasady racjonalnego wykorzystania preparatów kosmetycznych i materiałów jednorazowych oraz minimalizacją negatywnego wpływu na środowisko. Zabiegi mają charakter wyłącznie kosmetyczny i nie stanowią procedur medycznych.

Szkolenie przeznaczone jest dla osób, które chcą rozpocząć pracę w branży beauty, jak i dla tych, które posiadają doświadczenie zawodowe oraz prowadzą gabinety kosmetyczne. Program pozwala zdobyć praktyczne umiejętności wykonywania podstawowego manualnego drenażu limfatycznego twarzy, szyi i dekoltu oraz uporządkować wiedzę z zakresu pielęgnacji skóry wymagającej poprawy mikrokrążenia i redukcji obrzęków. Szkolenie kierowane jest do osób, które chcą świadomie wykonywać zabiegi drenażu limfatycznego, dobierać odpowiednie preparaty kosmetyczne oraz planować procedury zabiegowe z uwzględnieniem bezpieczeństwa klienta i wpływu stosowanych preparatów na środowisko. Nie są wymagane żadne warunki wstępne - cała wiedza przekazywana jest w trakcie szkolenia, a osoby posiadające doświadczenie mogą pogłębić i uporządkować swoje kompetencje w zakresie podstawowych zabiegów drenażu limfatycznego.

## **Zakres tematyczny szkolenia:**

Część teoretyczna: (3 godziny)

### **Wprowadzenie do kosmologii pielęgnacyjnej:**

- Budowa skóry twarzy, szyi i dekoltu oraz podstawy funkcjonowania układu limfatycznego.
- Rola układu limfatycznego w utrzymaniu prawidłowej kondycji skóry.
- Wskazania i przeciwwskazania do wykonania manualnego drenażu limfatycznego twarzy, szyi i dekoltu.
- Zasady kwalifikacji klienta do zabiegu drenażu limfatycznego.
- Wpływ drenażu limfatycznego na redukcję obrzęków, poprawę mikrokrążenia oraz wyglądu skóry.
- Przebieg i prawidłowa sekwencja zabiegu drenażu limfatycznego.
- Przygotowanie skóry do zabiegu pielęgnacyjnego.
- Dobór preparatów pielęgnacyjnych wspierających regenerację i nawilżenie skóry po zabiegu.
- Dobór masek wyciszających i pielęgnacyjnych (np. maski algowe) do typu skóry.
- Postępowanie ze skórą wymagającą regeneracji i poprawy mikrokrążenia.
- Tworzenie zaleceń pielęgnacji domowej dla klienta.
- Dokumentacja zabiegowa oraz podstawy fotografii zabiegowej.
- Zasady higieny i bezpieczeństwa pracy w gabinecie kosmetycznym.
- Wprowadzenie do zielonych kompetencji w kosmologii: racjonalne gospodarowanie preparatami, ograniczenie zużycia materiałów jednorazowych oraz segregacja odpadów.

### **Część praktyczna (5 godzin)**

- Przygotowanie stanowiska pracy zgodnie z zasadami higieny i bezpieczeństwa.
- Przygotowanie klienta do zabiegu oraz analiza stanu skóry.
- Wykonanie demakijażu i przygotowanie skóry do zabiegu.
- Dobór preparatów pielęgnacyjnych do potrzeb skóry klienta.
- Wykonanie podstawowego manualnego drenażu limfatycznego twarzy.
- Wykonanie manualnego drenażu limfatycznego szyi i dekoltu.
- Praktyczne zastosowanie technik wspomagających przepływ limfy zgodnie z przebiegiem układu limfatycznego.
- Kontrola prawidłowości wykonywanych ruchów i ergonomii pracy.
- Aplikacja preparatów regenerujących i nawilżających po zabiegu.
- Aplikacja maski wyciszającej (np. maski algowej) dobranej indywidualnie do typu skóry.
- Pielęgnacja końcowa skóry po zabiegu.
- Omówienie efektów zabiegu oraz przekazanie zaleceń pielęgnacyjnych.
- Wykonanie dokumentacji zabiegowej oraz fotografii efektów.
- Stosowanie zasad racjonalnego zużycia preparatów oraz prawidłowa segregacja i utylizacja odpadów podczas pracy w gabinecie kosmetycznym.

### **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.

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 kosmetyologii pielęgnacyjnej.	MONIKA PIÓRKOWSKA	24-08-2026	09:00	10:30	01:30
<b>2 z 8</b> Przerwa	MONIKA PIÓRKOWSKA	24-08-2026	10:30	10:45	00:15
<b>3 z 8</b> Drenaż limfatyczny oraz terapie wspomagające	MONIKA PIÓRKOWSKA	24-08-2026	10:45	12:15	01:30
<b>4 z 8</b> Przerwa	MONIKA PIÓRKOWSKA	24-08-2026	12:15	12:30	00:15
<b>5 z 8</b> Część praktyczna	MONIKA PIÓRKOWSKA	24-08-2026	12:30	15:30	03:00
<b>6 z 8</b> Przerwa	MONIKA PIÓRKOWSKA	24-08-2026	15:30	15:45	00:15
<b>7 z 8</b> Część praktyczna	MONIKA PIÓRKOWSKA	24-08-2026	15:45	17:45	02:00
<b>8 z 8</b> Walidacja	-	24-08-2026	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

### MONIKA PIÓRKOWSKA

Monika Piórkowska od 16 lat związana jest z branżą kosmetologii estetycznej prowadząc gabinet i wykonując zabiegi mezoterapii, biostymulatorów itd. W 2008 roku ukończyła studia kosmetyczne uzyskując dyplom mgr kosmetologii w Wyższej Szkole Zawodowej Pielęgnacji Zdrowia i Urody w Poznaniu. Nieustannie uzupełnia wiedzę uczestnicząc w sympozjach i szkoleniach np. w Polski Instytut Medycyny i Kosmetologii we Wrocławiu (15 szkoleń na przełomie lat 2019-2023), Mezipopuls w Poznaniu (4 szkolenia w latach 2018-2020), Ciba w Łodzi, Iwona Kozak Wrocław ( 1 szkolenie 2019) z biostymulatorów tkankowych, toksyny botulinowej, najnowszych zastosowań mezoterapii igłowej czy bezoperacyjnych sposobów likwidowania tkanki tłuszczowej. Monitorując nowości i trendy rynkowe gwarantuje swoim kursantom najbardziej aktualną wiedzę. Na swoich szkoleniach duży nacisk kładzie na rozwijanie umiejętności praktycznych, a wykształcenie już ponad 2000 osób dało jej ogromne zrozumienie potrzeb kursantów. Prowadzi kursy w sposób umożliwiający po ich zakończeniu podjęcie samodzielnej pracy we własnym gabinecie.

## 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** piorkowskaakademia@gmail.com

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