



Polski Instytut
Medycyny i
Kosmetologii SC

★★★★★ 4,7 / 5

6 678 ocen

SZKOLENIE ONLINE – SKÓRA MENOPAUZALNA - TERAPIA KOSMETOLOGICZNA W OKRESIE HORMONALNEGO STARZENIA: BARIERA, ODWODNIENIE, REAKTYWNOŚĆ I NIERÓWNY KOLORYT + PROTOKOŁY GABINETOWE I HOME CARE (BEZ INIEKCJI)

Numer usługi 2026/05/04/12478/3536020

- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 💻 zdalna w czasie rzeczywistym
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 10:00 h
- 📅 02.10.2026 do 02.10.2026

1 230,00 PLN brutto
1 000,00 PLN netto
123,00 PLN brutto/h
100,00 PLN netto/h
583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób pracujących w gabinetach beauty/estetyki i placówkach usługowych oraz wspierających obsługę klienta/pacjenta, w szczególności:

- kosmologów, kosmetyczek,
- pracowników recepcji i opiekunów klienta/pacjenta,
- managerów gabinetów/klinik, koordynatorów obsługi,
- osób wykonujących zabiegi **nieinwazyjne** i/lub prowadzących opiekę pozabiegową (bez wykonywania procedur medycyny estetyczno-naprawczej).
- Osób o innej specjalizacji zainteresowanych szkoleniem z procesów nieinwazyjnych bez wykonywania procedur medycyny estetyczno-naprawczej

Warunek udziału: uczestnik deklaruje, że celem szkolenia jest podniesienie kompetencji z zakresu anatomii, bezpieczeństwa i postępowania pozabiegowego, a nie nabycie uprawnień do wykonywania procedur medycyny estetyczno-naprawczej

Minimalna liczba uczestników

15

Maksymalna liczba uczestników

40

Data zakończenia rekrutacji

01-10-2026

Forma prowadzenia usługi

zdalna w czasie rzeczywistym

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje do rozumienia zmian skóry związanych z hormonalnym starzeniem w ujęciu kosmetologicznym, prowadzenia konsultacji i kwalifikacji klientki do terapii, doboru substancji aktywnych, planowania protokołów gabinetowych i pielęgnacji domowej, tworzenia zaleceń pozabiegowych i fotoprotekcji, modyfikacji terapii oraz prowadzenia dokumentacji i komunikacji z klientką.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Rozpoznaje objawy hormonalnego starzenia skóry i ich wpływ na plan terapii	wymienia typowe problemy skóry w okresie około- i postmenopauzalnym - odwodnienie, osłabiona bariera, reaktywność, nierówny koloryt	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wyjaśnia, jak czynniki środowiskowe i pielęgnacyjne nasilają objawy	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	opisuje cele terapii kosmetologicznej dla skóry menopauzalnej	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Kwalifikuje klientkę i prowadzi dokumentację kosmetologiczną	przeprowadza wywiad kosmetologiczny i identyfikuje przeciwwskazania kosmetologiczne	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje „red flags” i zasady odroczenia zabiegu lub skierowania do lekarza	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	przygotowuje dokumentację: zgoda, karta terapii, zalecenia, monitoring	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Dobiera substancje aktywne do zastosowania miejscowego w zależności od problemu i tolerancji	dobiera grupy aktywów: nawilżające, barierowe, kojące, antyoksydacyjne i uzasadnia wybór	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje składniki/formuły o podwyższonym ryzyku podrażnień i proponuje alternatywy	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	planuje stopniowanie aktywów w programie 8–16 tygodni	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Projektuje protokoły gabinetowe i plan terapii 8–16 tygodni	tworzy etapowy plan terapii: bariera - bodziec kontrolowany - regeneracja/utrwalanie	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	dobiera interwały i kryteria modyfikacji planu w zależności od reakcji skóry	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	dobiera home care oraz fotoprotekcję	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Odpowiedzialnie funkcjonuje zawodowo	komunikuje plan terapii i zalecenia w sposób zrozumiały, realistyczny i motywujący	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	respektuje granice kompetencji kosmetologa	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	dokonuje samooceny jakości pracy i wdraża SOP w gabinecie	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyrażnie 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 wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

1 DZIEŃ 08:00-19:00

Skóra menopauzalna – terapia kosmetyczna w okresie hormonalnego starzenia: bariera, odwodnienie, reaktywność i nierówny koloryt + protokoły gabinetowe i home care (bez iniekcji)

Teoria: 08:00-19:00

MODUŁ I – Hormonalne starzenie skóry: mechanizmy i objawy w praktyce kosmetologa: 08:00–10:00

- rola zmian hormonalnych w funkcjonowaniu skóry - bariera, nawilżenie, reaktywność, koloryt,
- typowe problemy skóry w okresie około- i postmenopauzalnym: suchość/odwodnienie, dyskomfort, rumień, nierówny koloryt, spadek „skin quality”,
- czynniki nasilające objawy: UV, stres oksydacyjny, agresywna pielęgnacja, brak fotoprotekcji,
- cele terapii kosmetycznej: komfort, bariera, ujednolicenie kolorytu, poprawa jakości skóry.

Przerwa 10:00–10:15

MODUŁ II – Konsultacja i kwalifikacja kosmetyczna klientki + dokumentacja: 10:15–11:45

- wywiad kosmetyczny: styl życia, pielęgnacja, ekspozycja UV, historia zabiegowa, tolerancja skóry,
- wskazania i przeciwwskazania kosmetyczne do zabiegów wspierających regenerację i poprawę jakości skóry,
- ocena bariery i ryzyka nadreaktywności,
- dokumentacja: zgoda, karta terapii, zalecenia, monitoring,
- „red flags” – kiedy odroczyć zabieg i skierować klientkę do lekarza.

Przerwa 11:45–12:00

MODUŁ III – Substancje aktywne i formuły dla skóry menopauzalnej: dobór do problemu i tolerancji: 12:00–13:45

- nawilżenie i komfort: humektanty, HA topical, składniki filmotwórcze,
- bariera i redukcja TEWL: lipidy/ceramidy skwalan, okluzja kontrolowana - kiedy i jak,
- ukojenie i redukcja reaktywności: pantenol, beta-glukan, ektoina, bisabolol, centella, lukrecja,
- antyoksydacja i wsparcie kolorytu: witamina E, stabilne pochodne witaminy C o wysokiej tolerancji,
- „czarna lista” składników i połączeń zwiększających ryzyko podrażnień oraz zasady stopniowania aktywów.

Przerwa 13:45–14:00

MODUŁ IV – Protokoły gabinetowe w skórze menopauzalnej: regeneracja, bariera, kontrolowany bodziec: 14:00–15:45

- logika terapii: przygotowanie bariery → bodziec kontrolowany → regeneracja → utrwalanie efektu,
- protokoły regeneracyjno-bariery: wyciszenie, odbudowa komfortu, zabezpieczenie skóry,
- delikatna eksfoliacja powierzchniowa jako narzędzie poprawy tekstury i kolorytu,
- protokoły „anti-reactive”: minimalizacja rumienia i dyskomfortu w ujęciu kosmetycznym,
- kryteria modyfikacji terapii: rumień, pieczenie, suchość, łuszczenie, pogorszenie tolerancji.

Przerwa 15:45–16:00

MODUŁ V – Beauty plan 8–16 tygodni: 16:00–18:30

- plan etapowy: bariera first → bodziec → utrwalanie/maintenance,
- dobór interwałów i harmonogramu serii oraz plan „awaryjny” przy nadreaktywności,
- home care: 48 h / 7 dni / program długofalowy z naciskiem na barierę i tolerancję,
- fotoprotekcja: dobór SPF, reaplikacja, sezonowość i edukacja klientki,
- komunikacja: realne efekty, oczekiwania, compliance,
- case study: przygotowanie planu 12-tygodniowego dla 2 profili skóry menopauzalnej - odwodnienie + rumień / nierówny koloryt + osłabiona bariera.

WALIDACJA 18:30-19:00

Uczestnik otrzymuje test zamknięty, sprawdzający poziom wiedzy.

WARUNKI ORGANIZACYJNE

Szkolenie skierowane jest do osób pracujących w gabinetach beauty/estetyki i placówkach usługowych oraz wspierających obsługę klienta/pacjenta, w szczególności:

- kosmologów, kosmetyczek,
- pracowników recepcji i opiekunów klienta/pacjenta,
- managerów gabinetów/klinik, koordynatorów obsługi,

- osób wykonujących zabiegi **nieinwazyjne** i/lub prowadzących opiekę pozabiegową (bez wykonywania procedur medycyny estetyczno-naprawczej).
- Osób o innej specjalizacji zainteresowanych szkoleniem z procesów nieinwazyjnych bez wykonywania procedur medycyny estetyczno-naprawczej

Warunek udziału: uczestnik deklaruje, że celem szkolenia jest podniesienie kompetencji z zakresu anatomii, bezpieczeństwa i postępowania pozabiegowego, a nie nabycie uprawnień do wykonywania procedur medycyny estetyczno-naprawczej

Kurs prowadzony jest w godzinach zegarowych.

Kurs obejmuje 10 **godz.** zegarowych w tym walidacja.

Przewidziana jest godzinna przerwa, która nie wlicza się w czas trwania usługi.

Szkolenie prowadzone jest w 40 osobowych grupach.

Na walidację jest przeznaczony 30 min, jest to test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie.

Po kursie każdy uczestnik dostaje zaświadczenie ukończenia szkolenia, które wydawane jest na podstawie oceny uzyskanej podczas testu.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 10

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 10 MODUŁ I – Hormonalne starzenie skóry: mechanizmy i objawy w praktyce kosmetologa - webinar + test utrwalający	mgr Magdalena Rak	02-10-2026	08:00	10:00	02:00
2 z 10 Przerwa	mgr Magdalena Rak	02-10-2026	10:00	10:15	00:15
3 z 10 MODUŁ II – Konsultacja i kwalifikacja kosmetologiczna klientki + dokumentacja - webinar + test utrwalający	mgr Magdalena Rak	02-10-2026	10:15	11:45	01:30
4 z 10 Przerwa	mgr Magdalena Rak	02-10-2026	11:45	12:00	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 10 MODUŁ III – Substancje aktywne i formuły dla skóry menopauzalnej: dobór do problemu i tolerancji - webinar + test utrwalający	mgr Magdalena Rak	02-10-2026	12:00	13:45	01:45
6 z 10 Przerwa	mgr Magdalena Rak	02-10-2026	13:45	14:00	00:15
7 z 10 MODUŁ IV – Protokoły gabinetowe w skórze menopauzalnej: regeneracja, bariera, kontrolowany bodziec - webinar + test utrwalający	mgr Magdalena Rak	02-10-2026	14:00	15:45	01:45
8 z 10 Przerwa	mgr Magdalena Rak	02-10-2026	15:45	16:00	00:15
9 z 10 MODUŁ V – Beauty plan 8–16 tygodni - webinar + test utrwalający	mgr Magdalena Rak	02-10-2026	16:00	18:30	02:30
10 z 10 Walidacja: Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie	IWONA KOZŁOWSKA	02-10-2026	18:30	19:00	00:30

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 z zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2004 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	1 230,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	123,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

mgr Magdalena Rak

Magister kosmetologii, podolog, specjalista antiaging. Absolwentka licencjatu w Lubuskiej Wyższej Szkole Zdrowia publicznego w Zielonej Górze o kierunku Kosmetologii I st specjalizacja dermatologia. Absolwentka Wyższej Szkoły Fizjoterapii we Wrocławiu kierunku magister Kosmetologii specjalizacja dermatologia i antiaging. Kosmetolog z pasją podchodzący do pacjenta holistycznie, który pragnie znaleźć przyczynę, a nie tylko leczyć skutek. Ukończyła liczne szkolenia w trakcie swojej długoletniej praktyki między innymi pracę urządzeniami takimi jak: hifu, karboksyterapia, laser tulowy, laser diodowy, IPL, mezoterapia rf, maximus, dermapen, mezoterapia igłowa, oxybrazja i wiele innych. Od 10 lat zajmuję się medycyną estetyczną, od kwietnia 2023 roku jest trenerem w zakresie medycyny estetycznej, przeszkoliła 132 osoby. W ostatnich pięciu latach prowadziła szkolenia z zakresu: wolumetrii full face, ust na płasko, nici mono, nici COG, osocza bogatopłytkowego z fibryną, wypełniacza autologicznego, kwasów TCA, induktorów tkankowych, najnowszych technik lipolizy iniekcyjnej. Od ponad 3 lat swoją praktyką dzieli się na co dzień w klinice operacji plastycznych gdzie współpracuje z najwyższej klasy specjalistami. Stawia na ciągły rozwój, dlatego uczestniczy w licznych konferencjach dotyczących kosmetologii i medycyny estetycznej.



2 z 2

IWONA KOZŁOWSKA

-

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub Partnera Operatora w danym projekcie PSF lub w którymkolwiek Regionalnym Programie lub FERS albo przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo. Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot będący jednocześnie podmiotem korzystającym z usług rozwojowych o zbliżonej tematyce w ramach danego projektu. Usługa rozwojowa nie obejmuje wzajemnego świadczenia usług w projekcie o zbliżonej tematyce przez Dostawców usług, którzy delegują na usługi siebie oraz swoich pracowników i korzystają z dofinansowania, a następnie świadczą usługi w zakresie tej samej tematyki dla Przedsiębiorcy, który wcześniej występował w roli Dostawcy tych usług. Cena usługi nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków trwałych przekazywanych Przedsiębiorcom lub Pracownikom przedsiębiorcy, kosztów dojazdu i zakwaterowania.

Informacje dodatkowe

Przewidziana jest godzinna przerwa w godzinach 10:00 - 10:15, 11:45-12:00, 13:45-14:00 oraz 15:45-16:00

Zwolnienie z VAT zgodnie z treścią § 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 (Dz.U. z 2020 r., poz. 1983 – t.j. ze zm.)

Organizator ma prawo zmienić wykładowcę na danym szkoleniu z ważnej przyczyny. Organizator gwarantuje w takim przypadku odpowiednie przygotowanie merytoryczne nowego wykładowcy. Zmiana wykładowcy nie może być podstawą żądania zwrotu opłaty za szkolenie przez uczestnika. Wszystkie zmiany będą zgłaszane uczestnikowi szkolenia.

Warunkiem otrzymania zaświadczenia o ukończeniu usługi jest obecność na minimum 80% zajęć.

Obecność na szkoleniu będzie potwierdzona na liście obecności / w raportach z logowań.

Warunki techniczne

Szkolenie online zostanie przeprowadzone z wykorzystaniem platformy Click Meeting. Platforma nie wymaga, od uczestnika kursu, posiadania konta. Uczestnik po kliknięciu w link, który otrzyma drogą mailową, przed rozpoczęciem kursu, przechodzi do wydarzenia/kursu. Link umożliwiający uczestnictwo w spotkaniu będzie aktywny tylko przez okres trwania szkolenia, ponieważ tak jak nie nagrywamy szkoleń stacjonarnych, tak nie udostępniamy szkoleń online.

Uczestnik może połączyć się z komputera stacjonarnego bądź laptopa. Nie polecamy łączenia się przez smartfony czy tablety.

Warunki techniczne, które muszą zostać spełnione przez uczestnika:

- sprzęt komputerowy musi być wyposażony w głośnik, kamerę oraz mikrofon,
- procesor klasy Core 2 Duo, Core i5 2,5GHz i wyższe,
- parametry łącza sieciowego: pobieranie 10Mb/s, wysyłanie: 5Mb/s,
- aby wziąć udział w szkoleniu nie jest potrzebne specjalne oprogramowanie, potrzebny jest komputer bądź laptop.

podstawą do rozliczenia usługi realizowanej w formie zdalnej lub zdalnej w czasie rzeczywistym jest wygenerowanie z systemu raportu, umożliwiającego identyfikację wszystkich uczestników oraz zastosowanego narzędzia

Kontakt



Katarzyna Buda

E-mail k.buda@pimik.pl

Telefon (+48) 733 661 669