

DILIGENT

Diligent Szymon  
Mrózek★★★★★ 4,9 / 5  
66 ocen**Zielone kompetencje w Mistrzowskim  
Liftingu KATACHI oraz Masażu  
Transbukalnym + prowadzenie gabinetu  
terapii manualnych z elementami  
cyfryzacji - szkolenie**

Numer usługi 2026/05/23/175328/3581382

📍 Bielsko-Biała

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 16:00 h

📅 14.08.2026 do 15.08.2026

4 600,00 PLN brutto

4 600,00 PLN netto

287,50 PLN brutto/h

287,50 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 kosmetologów, masażystów, terapeutów manualnych twarzy i ciała, a także osób, które dopiero zaczynają przygodę z masażem.

Szkolenie przygotowuje uczestników do samodzielnego wykonywania masażu Katchi oraz masażu transbukalnego w nurcie zielonych kompetencji. Szkolenie łączy wiedzę teoretyczną z intensywną praktyką. Poziom podstawowy, nie wymagane są dokumenty potwierdzające kompetencje. Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu MP i/lub dla Uczestników Projektu NSE.

**Minimalna liczba uczestników**

2

**Maksymalna liczba uczestników**

6

**Data zakończenia rekrutacji**

13-08-2026

**Forma prowadzenia usługi**

stacjonarna

**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 umożliwia zdobycie kwalifikacji umożliwiających wykonywanie zabiegu KATACHI i masażu transbukalnego w nurcie zielonych kompetencji. Celem szkolenia jest nabycie przez uczestników wiedzy i praktycznych umiejętności w zakresie wykonywania pracy z ciałem w nurcie KATACHI z wykorzystaniem technik masażu transbukalnego. Uczestnicy nauczą się prawidłowej diagnostyki i pracy.

Przygotowanie do pracy w gabinecie kosmetycznym oraz jego prowadzenie.

Szkolenie prowadzi do uzyskania kwalifikacji

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<b>Moduł 1</b>  uczestnik wskazuje na wszystkie elementy, które realnie wpływają na obniżenie zużycia prądu, wody oraz zmniejszenie śladu węglowego podczas wykonywanej pracy;  uczestnik charakteryzuje filozofię i założenia techniki Katachi, opisuje anatomię i zasady bezpiecznego wykonania masażu	opisuje anatomię i biomechanikę mięśni mimicznych	Test teoretyczny
	wymienia zasady bezpieczeństwa w pracy manualnej na twarzy	Test teoretyczny
	rozróżnia i analizuje strukturę mięśni twarzy w kontekście liftingu naturalnego	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
<b>Moduł 2</b>  uczestnik rozróżnia etapy przygotowania do zabiegu, wyjaśnia znaczenie prawidłowej postawy terapeuty i komunikacji z klientem. Wykonanie dokumentacji cyfrowej. Założenie karty klienta.	demonstruje poprawne ustawienie ciała w trakcie pracy	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	prowadzi wstępny wywiad i formułuje przeciwwskazania	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	stosuje zasady etycznej komunikacji i empatii wobec klienta	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
<b>Moduł 3:</b>  Uczestnik charakteryzuje zasady zrównoważonego rozwoju w branży beauty i terapii manualnych;  <b>Techniki masażu KATACHI</b>  uczestnik opisuje kierunki pracy w obrębie żuchwy i bródki, rozumie wpływ napięć mięśni żwacza na owal twarzy  prawidłowo wykonuje masaż	prawidłowo wykonuje techniki liftingujące dolną część twarzy	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	dobiera siłę nacisku do typu skóry i napięcia mięśni	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	utrzymuje koncentrację i spokój podczas pracy manualnej	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p><b>Moduł 4: Techniki masażu KATACHI</b></p> <p>Uczestnik rozróżnia materiały biodegradowalne i produkty przyjazne środowisku stosowane podczas zabiegów.</p> <p>uczestnik omawia budowę mięśni jarzmowych i ich znaczenie w mimice,</p> <p>rozpoznaje przyczyny asymetrii w obrębie policzków</p> <p>prawidłowo wykonuje masaż</p>	<p>wykonuje techniki rozluźniania i unoszenia środkowej części twarzy</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
	<p>stosuje odpowiednie tempo i kierunek ruchu</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
	<p>utrzymuje kontakt z klientem i reaguje na jego sygnały napięcia</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
<p><b>Moduł 5: Techniki masażu KATACHI</b></p> <p>Uczestnik wyjaśnia znaczenie cyfryzacji dokumentacji w ograniczaniu zużycia papieru.</p> <p>uczestnik wymienia mięśnie odpowiedzialne za zmarszczki mimiczne,</p> <p>rozumie wpływ napięcia czoła na mimikę i wyraz twarzy</p> <p>prawidłowo wykonuje masaż</p>	<p>opracowuje czoło, skronie i okolice oczu w sposób liftingujący</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
	<p>koordynuje rytm i nacisk dla harmonizacji całej twarzy</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
	<p>zachowuje uważność i precyzję w pracy wrażliwych obszarów</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
<p><b>Moduł 6: Całościowa procedura masażu KATACHI</b></p> <p>uczestnik wykonuje strukturę pełnego rytuału Katachi,</p> <p>rozróżnia etapy zabiegu i ich znaczenie terapeutyczne</p>	<p>łączy poszczególne techniki w płynną sekwencję</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
	<p>analizuje efekty wizualne i napięcia mięśniowe po sesji</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
	<p>samodzielnie planuje przebieg zabiegu</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
<p><b>Moduł 7: Pogłębienie pracy w technice KATACHI</b></p> <p>uczestnik wykonuje zaawansowane techniki liftingujące,</p> <p>analizuje przyczyny asymetrii mięśni twarzy</p>	<p>wykonuje pogłębione ruchy liftingujące i modelujące</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
	<p>modyfikuje technikę w zależności od typu skóry i napięcia</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
	<p>przyjmuje postawę otwartą na indywidualne potrzeby klienta</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<b>Moduł 8: Wprowadzenie do masażu transbukalnego</b>  uczestnik opisuje anatomię jamy ustnej i mięśni żwaczy,  rozumie zasady aseptyki i bezpieczeństwa	przygotowuje stanowisko i klienta do pracy wewnątrz jamy ustnej	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	prezentuje anatomię twarzy w kontekście masażu transbukalnego	Test teoretyczny
<b>Moduł 9: Technika masażu transbukalnego – część praktyczna</b>  uczestnik rozpoznaje struktury anatomiczne dostępne od strony jamy ustnej,  opisuje reakcje tkanek na ucisk wewnętrzny	wykonuje masaż transbukalny policzków, żwaczy i okolic ust	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	koordynuje siłę nacisku i rytm pracy wewnątrz jamy ustnej	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	utrzymuje komunikację z klientem w celu zapewnienia komfortu	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
<b>Moduł 10: Integracja technik – KATACHI + Transbukalny</b>  uczestnik wyjaśnia kolejność i logikę łączenia technik,  omawia jak skutecznie powadzić gabinet kosmetyczny	łączy Katachi i masaż transbukalny w jedną procedurę	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	dostosowuje czas, rytm i nacisk do potrzeb klienta	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

# Kwalifikacje

## Kwalifikacje niewłączone do ZSK

### Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://my-ps.eu/dzialalnosc-miedzynarodowa/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://my-ps.eu/dzialalnosc-miedzynarodowa/>

### Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację

Fundacja My Personality Skills

Nazwa Podmiotu certyfikującego

Fundacja My Personality Skills

# Program

## Program szkolenia

### Dzień 1 – Mistrzowski Lifting KATACHI

#### Moduł 1: Wprowadzenie do techniki KATACHI (1 godzina) teoria

- elementy, które realnie wpływają na obniżenie zużycia prądu, wody oraz zmniejszenie śladu węglowego podczas wykonywanej pracy
- omówienie filozofii metody i zasad działania,
- anatomia i biomechanika mięśni mimicznych twarzy,
- zasady bezpieczeństwa pracy manualnej na twarzy.

#### Moduł 2: Przygotowanie terapeuty i klienta (30 minut) praktyka

- obserwacja, wywiad, przeciwwskazania,
- ustawienie ciała terapeuty – praca bez przeciążeń,
- rytuał wstępny – techniki oddechowe i rozluźniające.
- założenie cyfrowej karty pacjenta, wykonanie odpowiedniej dokumentacji cyfrowej

#### Moduł 3: Techniki masażu KATACHI – część dolna twarzy (2 godziny) praktyka

- opracowanie żuchwy, bródki i okolicy ust,
- zasady zrównoważonego rozwoju w branży beauty i terapii manualnych
- techniki liftingujące i modelujące owal twarzy,
- kierunki pracy i nacisku.

#### Moduł 4: Techniki masażu KATACHI – część środkowa twarzy (1 godzina 45 minut) praktyka

- materiały biodegradowalne i produkty przyjazne środowisku stosowane podczas zabiegów.
- praca w obrębie policzków i skrzydeł nosa,
- uwalnianie napięć w mięśniu jarzmowym i okolicach ust,
- harmonizacja prawej i lewej strony twarzy.

#### Moduł 5: Techniki masażu KATACHI – część górna twarzy (45 minut) praktyka

- znaczenie cyfryzacji dokumentacji w ograniczaniu zużycia papieru.
- praca z czołem, mięśniem okrężnym oka i skroniami,
- wygładzanie zmarszczek mimicznych,
- budowanie liftingu naturalnego w całym obszarze twarzy.

#### Moduł 6: Całościowa procedura masażu KATACHI (1 godzina) praktyka

- łączenie poszczególnych etapów w rytuał,
- dostosowanie siły, tempa i rytmu do potrzeb klienta,
- analiza efektów i omówienie błędów.
- uzupełnienie cyfrowej karty pacjenta, umiejętność zapisu obserwacji, edycji karty, wykonanie dokumentacji cyfrowej po zabiegu

### Dzień 2 – Katachi w praktyce + Masaż Transbukalny

#### Moduł 7: Pogłębienie pracy w technice KATACHI (1 godzina) praktyka

- zaawansowane techniki liftingujące,
- praca na asymetriach twarzy,
- techniki głębszego opracowania mięśni.

#### Moduł 8: Wprowadzenie do masażu transbukalnego (1 godzina) teoria

- zasady higieny i bezpieczeństwa,
- anatomia mięśni wewnętrznych jamy ustnej,
- przygotowanie stanowiska i klienta.

#### Moduł 9: Technika masażu transbukalnego – część praktyczna (2 godziny 15 minut) praktyka

- praca wewnątrz jamy ustnej: policzki, okolice ust, żwacze,
- rozluźnianie głębokich napięć i modelowanie owalu,

- praca z emocjami utrwalonymi w mięśniach twarzy.

#### Moduł 10: Integracja technik – KATACHI + Transbukalny (1 godzina 15 minut) praktyka

- łączenie obu metod w jedną procedurę,
- kolejność, rytm i proporcje pracy,
- omówienie efektów i indywidualizacja zabiegu
- omówienie właściwej strategii prowadzenia gabinetu kosmetycznego

#### walidacja (1 godzina 30 minut) test teoretyczny oraz obserwacja w warunkach rzeczywistych

##### Informacje dodatkowe:

- przerwy wliczone są w czas trwania kursu
- każdy uczestnik pracuje przy w pełni wyposażonym stole do masażu
- uczestnik pracuje na modelce lub uczestnicy pracują na sobie wzajemnie
- w skład stanowiska wchodzi: stół do masażu, specjalne krzesło obrotowe, prześcieradło, ręczniki, wózek jeżdżący na kosmetyki, kosmetyki do masażu, demakijażu, pielęgnacji, chusteczki i inne materiały umożliwiające przeprowadzenie kompleksowej terapii
- w sali znajduje się również komputer z dostępem do internetu
- walidacja w formie testu oraz obserwacja w warunkach rzeczywistych
- po zakończeniu udziału w usłudze rozwojowej uczestnik otrzymuje certyfikat w ciągu 3 dni od zakończenia walidacji
- każdy uczestnik otrzymuje skrypty szkoleniowe
- uczestnicy mają do dyspozycji kompleksowo wyposażone stanowisko
- organizator zapewnia modelki do masażu lub uczestnicy pracują na sobie wzajemnie
- jedna godzina zajęć równa jest godzinie zegarowej
- każdy z uczestników otrzymuje skrypty oraz zestaw startowy kosmetyków
- przed zapisem na szkolenie prosimy o kontakt z organizatorem, aby zweryfikować dostępność terminu
- aby wypełnić zgłoszenie prosimy o kontakt mailowy: [instytutskalska@gmail.com](mailto:instytutskalska@gmail.com)

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 16

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 16</b> Moduł 1: Wprowadzenie do techniki KATACHI	Zajęcia	Monika Skalska	14-08-2026	08:00	09:00	01:00
<b>2 z 16</b> Moduł 2: Przygotowanie terapeuty i klienta	Zajęcia	Monika Skalska	14-08-2026	09:00	09:30	00:30
<b>3 z 16</b> -	Przerwa	-	14-08-2026	09:30	09:45	00:15
<b>4 z 16</b> Moduł 3: Techniki masażu KATACHI	Zajęcia	Monika Skalska	14-08-2026	09:45	11:45	02:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 16 Moduł 4: Techniki masażu KATACHI – część środkowa twarzy	Zajęcia	Monika Skalska	14-08-2026	11:45	13:30	01:45
6 z 16 -	Przerwa	-	14-08-2026	13:30	14:15	00:45
7 z 16 Moduł 5: Techniki masażu KATACHI – część górna twarzy	Zajęcia	Monika Skalska	14-08-2026	14:15	15:00	00:45
8 z 16 Moduł 6: Całościowa procedura masażu KATACHI	Zajęcia	Monika Skalska	14-08-2026	15:00	16:00	01:00
9 z 16 Moduł 7: Pogłębienie pracy w technice KATACHI	Zajęcia	Monika Skalska	15-08-2026	08:00	09:00	01:00
10 z 16 Moduł 8: Wprowadzenie do masażu transbukalnego	Zajęcia	Monika Skalska	15-08-2026	09:00	10:00	01:00
11 z 16 -	Przerwa	-	15-08-2026	10:00	10:15	00:15
12 z 16 Moduł 9: Technika masażu transbukalnego – część praktyczna	Zajęcia	Monika Skalska	15-08-2026	10:15	12:30	02:15
13 z 16 Moduł 10: Integracja technik – KATACHI + Transbukal (1/2)	Zajęcia	Monika Skalska	15-08-2026	12:30	13:30	01:00
14 z 16 -	Przerwa	-	15-08-2026	13:30	14:15	00:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>15 z 16</b> Moduł 10: Integracja technik – KATACHI + Transbukal (2/2)	Zajęcia	Monika Skalska	15-08-2026	14:15	14:30	00:15
<b>16 z 16</b> -	Walidacja	-	15-08-2026	14:30	16:00	01:30

## Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00
w tym suma godzin zajęć	12:30
w tym suma godzin walidacji	01:30
w tym suma przerw	02:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:30

# Cennik

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	4 600,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	4 600,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	287,50 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	287,50 PLN
<b>W tym koszt walidacji brutto</b>	150,00 PLN
<b>W tym koszt walidacji netto</b>	150,00 PLN
<b>W tym koszt certyfikowania brutto</b>	125,00 PLN

## Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	16:00

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Monika Skalska

Monika Skalska to doświadczony i pełen pasji trener z imponującym, 20-letnim stażem w dziedzinie terapii manualnych. Specjalizuje się w autorskich metodach masażu twarzy i ciała w tym głównie KOBIDO MS i FaceLifting MS oraz neuromasaż. Jej podejście bazuje na bezinwazyjnych, naturalnych technikach, które przynoszą spektakularne efekty w poprawie kondycji skóry, relaksacji mięśni, stymulacji układu limfatycznego i krwionośnego, a także redukcji stresu i oznak zmęczenia. Monika Skalska jest nie tylko praktykiem, ale również wybitnym pedagogiem, który z ogromnym zaangażowaniem dzieli się swoją wiedzą i umiejętnościami. Ukończyła szkolenie z zakresu zielonych kompetencji, które pozwoliło poszerzyć wiedzę na temat zrównoważonego rozwoju, ochrony środowiska.

Jej filozofia pracy to nieustanne doskonalenie i poszukiwanie nowych rozwiązań. Regularnie uczestniczy w kursach i szkoleniach, w ciągu ostatnich 5 lat podnosiła swoje kompetencje i kwalifikacje.

Monika Skalska to uznany specjalista w dziedzinie terapii manualnych, z szerokim zakresem kompetencji obejmujących m.in.:

- Kobido MS
- Facelifting MS Manual Therapy (terapia autorska)
- Neuromasaż z elementami refleksologii (terapia autorska)
- Masaż transbukalny
- Drenaż limfatyczny
- Masaż bańkami
- Techniki relaksacyjne
- Refleksologia twarzy, głowy, dłoni i stóp
- Pinezkowanie
- Gorące kamienie

Doświadczenie zawodowe/kwalifikacje nabyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą publikacji usługi w BUR

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Informacje dodatkowe:

- przerwy wliczone są w czas trwania kursu
- każdy uczestnik pracuje przy w pełni wyposażonym stole do masażu
- uczestnik pracuje na modelce lub uczestnicy pracują na sobie wzajemnie
- w skład stanowiska wchodzi: stół do masażu, specjalne krzesło obrotowe, prześcieradło, ręczniki, wózek jeżdżący na kosmetyki, kosmetyki do masażu, demakijażu, pielęgnacji, chusteczki i inne materiały umożliwiające przeprowadzenie kompleksowej terapii
- w sali znajduje się również komputer z dostępem do internetu
- walidacja w formie testu oraz obserwacja w warunkach rzeczywistych
- po zakończeniu udziału w usłudze rozwojowej uczestnik otrzymuje certyfikat w ciągu 3 dni od zakończenia walidacji
- każdy uczestnik otrzymuje skrypty szkoleniowe
- uczestnicy mają do dyspozycji kompleksowo wyposażone stanowisko
- organizator zapewnia modelki do masażu lub uczestnicy pracują na sobie wzajemnie
- jedna godzina zajęć równa jest godzinie zegarowej
- każdy z uczestników otrzymuje skrypty oraz zestaw startowy kosmetyków
- przed zapisem na szkolenie prosimy o kontakt z organizatorem, aby zweryfikować dostępność terminu
- aby wypełnić zgłoszenie prosimy o kontakt mailowy: [instytutkalska@gmail.com](mailto:instytutkalska@gmail.com)

Podstawa zwolnienia z VAT

Rozporządzenie Ministra Finansów z dn. 20.12.2013 r. paragraf 3 ust 1 pkt.14. Zwalnia się od podatku usługi kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego, finansowane w co najmniej 70 % ze środków publicznych oraz świadczenie usług i dostawę towarów ściśle z tymi usługami związane.

## Adres

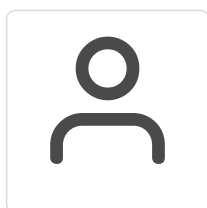
pl. św. Mikołaja 5/3  
43-300 Bielsko-Biała  
woj. śląskie

budynek z windą  
dostępne wifi

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

## Kontakt



**Szymon Mrózek**

**E-mail** [instytutkalska@gmail.com](mailto:instytutkalska@gmail.com)

**Telefon** (+48) 602 626 662