



Estetyczni Jolanta  
Gabrysiak

★★★★★ 5,0 / 5

805 ocen

## Kurs masażu twarzy - techniki gua sha

Numer usługi 2026/06/10/145646/3617354

📍 Łódź

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 38:00 h

📅 17.07.2026 do 28.07.2026

3 800,00 PLN brutto

3 800,00 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

226,67 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

**Kategoria**

Styl życia / Uroda

**Grupa docelowa usługi**

Szkolenie skierowane jest do osób dorosłych zainteresowanych zdobyciem podstawowych kompetencji w zakresie wykonywania masażu twarzy, w szczególności:

- osób początkujących, bez doświadczenia w branży kosmetycznej
- osób planujących rozpoczęcie działalności w obszarze usług kosmetycznych
- kosmetyczek oraz osób pracujących w branży beauty, chcących poszerzyć swoje umiejętności o techniki Gua Sha oraz bańki twarzowe
- osób zainteresowanych naturalnymi metodami pielęgnacji skóry

**Minimalna liczba uczestników**

2

**Maksymalna liczba uczestników**

10

**Data zakończenia rekrutacji**

16-07-2026

**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

Celem usługi jest przygotowanie uczestnika do samodzielnego wykonywania masażu twarzy z wykorzystaniem technik Gua Sha oraz bańki twarzowe poprzez nabycie podstawowej wiedzy z zakresu anatomii twarzy, wskazań i przeciwwskazań do zabiegu oraz rozwinięcie umiejętności praktycznych obejmujących przeprowadzanie wywiadu, dobór odpowiedniej techniki masażu, wykonanie zabiegu oraz udzielanie zaleceń pozabiegowych, z uwzględnieniem zasad bezpieczeństwa, higieny i komunikacji z klientem.

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

<b>Efekty uczenia się</b>	<b>Kryteria weryfikacji</b>	<b>Metoda walidacji</b>
Uczestnik charakteryzuje podstawy anatomii twarzy oraz wpływ masażu na skórę.	wymienia podstawowe struktury anatomiczne twarzy opisuje działanie masażu na skórę i mięśnie rozdziela typy skóry	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik rozróżnia wskazania i przeciwwskazania do masażu twarzy	wskazuje przeciwwskazania do masażu identyfikuje wskazania do zastosowania technik ocenia możliwość wykonania zabiegu	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik przeprowadza wywiad i dobiera odpowiednią technikę masażu.	przeprowadza wywiad z klientem rozpoznaje potrzeby skóry dobiera technikę (gua sha / bańki)	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik wykonuje masaż twarzy techniką gua sha.	przygotowuje stanowisko pracy prawidłowo prowadzi ruchy masażu stosuje odpowiedni nacisk i kierunki	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik wykonuje masaż twarzy z użyciem baniek	dobiera odpowiednią wielkość baniek stosuje prawidłową technikę pracy kontroluje intensywność zabiegu	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik udziela zaleceń pozabiegowych.	przekazuje zalecenia pielęgnacyjne informuje o reakcjach skóry dobiera pielęgnację domową	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik pracuje zgodnie z zasadami bezpieczeństwa i higieny.	przestrzega zasad BHP dba o higienę stanowiska zapewnia komfort klienta	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik komunikuje się z klientem w sposób profesjonalny.	proceedzi rozmowę w sposób zrozumiały odpowiada na pytania klienta buduje relację z klientem	Obserwacja w warunkach symulowanych

## **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

## Moduł 1: Wprowadzenie teoretyczne

- zasady BHP i higieny pracy w gabinecie
- przygotowanie stanowiska pracy
- budowa i funkcje skóry twarzy
- podstawy anatomii mięśni twarzy
- wskazania i przeciwwskazania do masażu

## Moduł 2: Wprowadzenie do technik masażu twarzy

- charakterystyka techniki Gua Sha
- charakterystyka pracy z bańki twarzowe
- wpływ masażu na skórę i mięśnie
- dobór techniki do typu skóry i potrzeb klienta

## Moduł 3: Wywiad i kwalifikacja klienta

- przeprowadzanie wywiadu kosmetycznego
- kwalifikacja do zabiegu
- rozpoznawanie typów skóry
- identyfikacja przeciwwskazań

## Moduł 4: Przygotowanie do zabiegu

- przygotowanie skóry do masażu
- dobór preparatów kosmetycznych
- dobór narzędzi (kamienie, bańki)

## Moduł 5: Technika masażu Gua Sha (praktyka)

- zasady pracy kamieniem
- kierunki i techniki ruchów
- siła nacisku i tempo pracy
- opracowanie poszczególnych partii twarzy

## Moduł 6: Technika masażu bańkami (praktyka)

- rodzaje baniek i ich zastosowanie
- techniki pracy (zasysanie, przesuwanie)
- kontrola intensywności zabiegu
- praca na różnych obszarach twarzy

## Moduł 7: Wykonanie pełnego zabiegu

- łączenie technik (gua sha + bańki)
- samodzielna praca uczestników na modelkach
- praca zgodnie z procedurą zabiegową

## Moduł 8: Zalecenia pozabiegowe i komunikacja

- zalecenia pielęgnacyjne
- reakcje skóry po zabiegu
- komunikacja z klientem

## Moduł 9: Walidacja efektów uczenia się

- test wiedzy
- ocena wykonania zabiegu (checklista)

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 33

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 33</b> Wprowadzenie teoretyczne zasady BHP i higieny pracy w gabinecie	Zajęcia	Justyna Bielen	17-07-2026	09:00	11:00	02:00
<b>2 z 33</b> -	Przerwa	-	17-07-2026	11:00	11:20	00:20
<b>3 z 33</b> budowa i funkcje skóry twarzy podstawy anatomii mięśni twarzy	Zajęcia	Justyna Bielen	17-07-2026	11:20	13:00	01:40
<b>4 z 33</b> -	Przerwa	-	17-07-2026	13:00	13:20	00:20
<b>5 z 33</b> przeprowadzenie wywiadu kosmetycznego kwalifikacja do zabiegu	Zajęcia	Justyna Bielen	17-07-2026	13:20	15:00	01:40

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 33 -	Przerwa	-	17-07-2026	15:00	15:20	00:20
7 z 33 wskazania i przeciwwskazania do masażu	Zajęcia	Justyna Bielen	17-07-2026	15:20	17:00	01:40
8 z 33 charakterystyka techniki Gua Sha	Zajęcia	Justyna Bielen	21-07-2026	09:00	11:00	02:00
9 z 33 -	Przerwa	-	21-07-2026	11:00	11:20	00:20
10 z 33 charakterystyka pracy z bańki twarzowe	Zajęcia	Justyna Bielen	21-07-2026	11:20	13:00	01:40
11 z 33 -	Przerwa	-	21-07-2026	13:00	13:20	00:20
12 z 33 wpływ masażu na skórę i mięśnie pokaz zabiegowy	Zajęcia	Justyna Bielen	21-07-2026	13:20	15:00	01:40
13 z 33 -	Przerwa	-	21-07-2026	15:00	15:20	00:20
14 z 33 wpływ masażu na skórę i mięśnie pokaz zabiegowy	Zajęcia	Justyna Bielen	21-07-2026	15:20	17:00	01:40
15 z 33 Przygotowanie do zabiegu przygotowanie skóry do masażu dobór preparatów kosmetycznych dobór narzędzi (kamienie, bańki)	Zajęcia	Justyna Bielen	22-07-2026	09:00	11:00	02:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
16 z 33 -	Przerwa	-	22-07-2026	11:00	11:20	00:20
17 z 33 Przygotowanie do zabiegu przygotowanie skóry do masażu dobór preparatów kosmetycznych dobór narzędzi (kamienie, bańki)	Zajęcia	Justyna Bielen	22-07-2026	11:20	13:00	01:40
18 z 33 -	Przerwa	-	22-07-2026	13:00	13:20	00:20
19 z 33 kierunki i techniki ruchów siła nacisku i tempo pracy opracowanie poszczególnych partii twarzy	Zajęcia	Justyna Bielen	22-07-2026	13:20	15:00	01:40
20 z 33 -	Przerwa	-	22-07-2026	15:00	15:20	00:20
21 z 33 kierunki i techniki ruchów siła nacisku i tempo pracy opracowanie poszczególnych partii twarzy	Zajęcia	Justyna Bielen	22-07-2026	15:20	17:00	01:40
22 z 33 Technika masażu bańkami (praktyka) rodzaje baniek i ich zastosowanie	Zajęcia	Justyna Bielen	27-07-2026	09:00	11:00	02:00
23 z 33 -	Przerwa	-	27-07-2026	11:00	11:20	00:20

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
24 z 33 techniki pracy (zasysanie, przesuwanie) kontrola intensywności zabiegu praca na różnych obszarach twarzy	Zajęcia	Justyna Bielen	27-07-2026	11:20	13:00	01:40
25 z 33 -	Przerwa	-	27-07-2026	13:00	13:20	00:20
26 z 33 charakterystyka tradycyjnego masażu twarzy wpływ masażu na skórę i mięśnie	Zajęcia	Justyna Bielen	27-07-2026	13:20	15:00	01:40
27 z 33 -	Przerwa	-	27-07-2026	15:00	15:20	00:20
28 z 33 łączenie technik (gua sha + bańki + masaż manualny) samodzielna praca uczestników na modelkach	Zajęcia	Justyna Bielen	27-07-2026	15:20	17:00	01:40
29 z 33 łączenie technik (gua sha + bańki + masaż manualny) samodzielna praca uczestników na modelkach	Zajęcia	Justyna Bielen	28-07-2026	09:00	11:00	02:00
30 z 33 -	Przerwa	-	28-07-2026	11:00	11:30	00:30
31 z 33 -	Walidacja	-	28-07-2026	11:30	13:00	01:30
32 z 33 -	Przerwa	-	28-07-2026	13:00	13:30	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
33 z 33 podsumowanie szkolenia/ Q&A	Zajęcia	Justyna Bielen	28-07-2026	13:30	15:00	01:30

## Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	38:00
w tym suma godzin zajęć	31:30
w tym suma godzin walidacji	01:30
w tym suma przerw	05:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	44:00

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	3 800,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	3 800,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	100,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	100,00 PLN

## Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	38:00

# Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

**Justyna Bielen**

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy szkolenia otrzymują materiały dydaktyczne wspierające proces uczenia się, obejmujące:

- skrypt szkoleniowy w formie papierowej lub elektronicznej (PDF) zawierający treści teoretyczne dotyczące anatomii twarzy, wskazań i przeciwwskazań oraz zasad wykonywania masażu
- instrukcje wykonywania technik Gua Sha oraz bańki twarzowe (schematy ruchów, kierunki pracy)
- materiały pomocnicze (karty zabiegowe, checklisty) wykorzystywane podczas zajęć praktycznych
- dostęp do materiałów po szkoleniu (opcjonalnie – np. pliki PDF lub prezentacja)

Na czas zajęć praktycznych organizator zapewnia:

- stanowisko pracy dostosowane do wykonywania zabiegów
- preparaty kosmetyczne do masażu
- narzędzia do pracy (kamienie gua sha, bańki)
- środki do dezynfekcji i materiały higieniczne

## Adres

ul. Rojna 71c

91-134 Łódź

woj. łódzkie

Estetyczni centrum kształcenia

## Kontakt



**Justyna Bielen**

**E-mail** [estetyczni@icloud.com](mailto:estetyczni@icloud.com)

**Telefon** (+00) 510 192 654