



TZCOSMETICS
TOMASZ ZESZOT

★★★★★ 5,0 / 5

21 ocen

Szkolenie podologiczne- Pedicure kosmetyczny z elementami podologii. Wywiad podologiczny, praca skalpelem i dłutem, pododysk oraz kompleksowa terapia onycholizy

Numer usługi 2026/06/29/184867/3657505

- 📍 Stargard
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📄 stacjonarna
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 16:00 h
- 📅 12.12.2026 do 13.12.2026

5 116,80 PLN brutto
4 160,00 PLN netto
319,80 PLN brutto/h
260,00 PLN netto/h
583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia
Identyfikatory projektów	Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest do: • Osób wykonujących pedicure kosmetyczny, które chcą poszerzyć swoje kompetencje o zabiegi z zakresu podologii • Kosmetologów i techników usług kosmetycznych zainteresowanych wprowadzeniem do swojej oferty pracy skalpelem • Osób prowadzących lub planujących otwarcie gabinetów pedicure/podologicznych • Osoby prowadzące gabinety podologiczne, kosmetyczne lub zainteresowane poszerzeniem usług o specjalistyczne metody pracy przy wrastających paznokciach Usługa rozwojowa adresowana również dla Uczestników projektu LUBUSKIE BONY SZKOLENIOWE i innych projektów.
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	4
Data zakończenia rekrutacji	11-12-2026
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 przygotowuje Uczestnika do samodzielnego wykonywania pedicure kosmetycznego z uwzględnieniem elementów podologii, w tym przeprowadzania wywiadu podologicznego, prawidłowego doboru i zastosowania dermokosmetyków w terapiach podologicznych oraz wykonywania zabiegów z użyciem skalpela, dłuta i pododysku. Uczestnik po zakończeniu szkolenia będzie przygotowany do rozpoznawania podstawowych problemów podologicznych, w tym onycholizy, oraz do przeprowadzania jej kompleksowej terapii.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Prawidłowo organizuje stanowisko do pracy podologicznej zgodnie z zasadami BHP	Poprawnie przygotowane stanowisko, zgodne z zasadami higieny	Test teoretyczny
	Rozróżnia preparaty i materiały niezbędne do wykonania zabiegu podologicznego	Test teoretyczny
	Uczestnik szkolenia wyjaśnia jak przechowywać materiały skażone wytwarzane podczas zabiegu	Test teoretyczny
Wykonuje zabieg podologiczny z wykorzystaniem skalpela i dłuta.	Organizuje niezbędne materiały oraz narzędzia do zabiegu podologicznego	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Przeprowadza prawidłowo wywiad z pacjentem	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Sterylizuje i dezynfekuje narzędzia	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Przeprowadza prawidłowo zabieg podologiczny – w zakresie pękających pięt i odcisków, zmian na stopach oraz pracuje ze skalpelem	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Opracowuje holistyczną pielęgnację pozabiegową promując świadomość proekologiczną wśród klientów	Test teoretyczny
Uczestnik szkolenia charakteryzuje czym jest zabieg podologiczny	Definiuje wskazania i przeciwwskazania do wykonania zabiegu podologicznego	Test teoretyczny
	Rozróżnia preparaty i materiały niezbędne do wykonania zabiegu podologicznego	Test teoretyczny
	Definiuje podstawy funkcjonowania gabinetu	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Dobiera odpowiedni rodzaj dermokosmetyków do rodzaju skóry	Analizuje skład dermopreparatów	Test teoretyczny
	Wyjaśnia różnicę między poszczególnymi dermokosmetykami i ich zastosowaniem	Test teoretyczny
Opracowuje zalecenia pozabiegowe i profilaktyczne	Przygotowuje zalecenia dotyczące pielęgnacji pozabiegowej	Test teoretyczny
	Edukuje pacjenta w zakresie profilaktyki zdrowej skóry stóp	Test teoretyczny

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. Adresaci szkolenia (grupa docelowa)

Szkolenie adresowane jest do osób, które posiadają podstawową wiedzę z zakresu pracy ze stopą lub planują rozwój w kierunku podologii:

- podologów i kosmetologów rozszerzających ofertę o zabiegi specjalistyczne,
- osób przygotowujących się do zawodu podologa,
- właścicieli i pracowników gabinetów podologicznych oraz kosmetycznych,
- studentów kierunków medycznych i kosmologicznych,
- osób prowadzących lub planujących otwarcie gabinetów pedicure/podologicznych,

2. Warunki organizacyjne realizacji szkolenia

Szkolenie realizowane jest w formie **stacjonarnej**, w kameralnej grupie, co zapewnia indywidualny nadzór instruktorski i wysoki poziom bezpieczeństwa pracy.

- **Liczba uczestników:** od 2 do 4 osób
- **Forma pracy:** indywidualna praca uczestnika pod bezpośrednim nadzorem trenera
- **Stanowiska pracy:**
 - na każdego uczestnika przypada w pełni wyposażone stanowisko podologiczne,
 - na jedno stanowisko przypada maksymalnie dwóch uczestników,
 - każdy uczestnik wykonuje procedury samodzielnie.

Wyposażenie stanowiska:

- fotel lub leżanka podologiczna,
- frezarka podologiczna, narzędzia ręczne, skalpele, frezy,
- preparaty i produkty zabiegowe zgodne ze standardami gabinetu podologicznego,
- środki dezynfekcji, sterylizacji oraz środki ochrony osobistej (rękawice, maseczki, fartuchy).
- **Modele do zajęć praktycznych:**
 - zabiegi wykonywane są na modelach dobranych do konkretnych przypadków podologicznych wymaganych do realizacji programu szkolenia,
 - każdy uczestnik wykonuje procedury podologiczne zgodnie z zakresem programu

3. Organizacja walidacji efektów uczenia się

Walidacja efektów uczenia się jest integralną częścią szkolenia i została zaplanowana w sposób zgodny z wymaganiami BUR.

Metoda walidacji:

- test teoretycznej
- obserwacja w warunkach rzeczywistych

Zakres testu obejmuje:

- zasady BHP w gabinecie podologicznym,
- podstawy anatomii i patologii skóry, stopy i aparatu paznokciowego,
- rozpoznawanie zmian chorobowych paznokci i skóry stóp,
- podstawy terapii wrastającego i wkręcającego się paznokcia
- dobór procedur i produktów zabiegowych w pedicure podologicznym.

Kryterium zaliczenia:

- uzyskanie minimum 60% poprawnych odpowiedzi.

Pozytywny wynik walidacji stanowi podstawę do wydania certyfikatu ukończenia szkolenia.

Program szkolenia: Szkolenie podologiczne- Pedicure kosmetyczny z elementami podologii. Wywiad podologiczny, praca skalpelem i dłutem, pododysk oraz kompleksowa terapia onycholizy

DZIEŃ 1 – PRACA SKALPELEM I DŁUTEM

CZĘŚĆ TEORETYCZNA

1. Zasady BHP na stanowisku pracy podologicznej
 - Ciąg dekontaminacyjny – dezynfekcja i sterylizacja narzędzi
 - zasady BHP i wymogi sanitarne
1. Anatomia i fizjologia skóry:
 - Budowa skóry stóp i jej funkcje
 - Patologie: hiperkeratozy, modzele, odciski, pękające pięty
1. Wskazania i przeciwwskazania do pracy skalpelem i dłutem
2. Omówienie zabiegów
 - Zabieg z użyciem skalpela
 - Skin polishing – cel i zastosowanie
 - Praca pododyskiem – funkcja i zastosowanie

CZĘŚĆ PRAKTYCZNA

1. Organizacja stanowiska zgodnie z zasadami higieny
2. Praca skalpelem – ćwiczenia na fantomach (np. owoce)
3. Praca dłutem i frezarką
4. Opracowanie pięt, odcisków, modeli, hiperkeratoz na modelkach
5. Zastosowanie keratolityków i dobór do konkretnego przypadku
6. Zabieg **Skin polishing** jako etap końcowy
7. Praktyka z użyciem pododysków

DZIEŃ 2 –Wywiad podologiczny, kompleksowa terapia onycholizy(10 godzin dydaktycznych)

Część teoretyczna

- Zasady bezpieczeństwa i higieny pracy w gabinecie podologicznym – wymogi sanepidu.
- Dezynfekcja i sterylizacja narzędzi – myjka ultradźwiękowa, autoklaw (parametry, zasada działania).
- Wywiad z pacjentem – analiza stóp, wypełnianie karty pacjenta, techniki rozmowy, metody pomocy.
- Omówienie zabiegu- terapia onycholizy

Część praktyczna

- Przygotowanie stanowiska pracy zgodnie z zasadami BHP i ekologii.
- Analizy skóry stóp i paznokci
 - Wykonanie zabiegu podologicznego- procedura oczyszczania płytki paznokcia
 - Opieka nad pacjentem i ocena efektów zabiegu.
 - Dobór dermokosmetyków PHARMFOOT do terapii podologicznej

WALIDACJA I ZAKOŃCZENIE

1. Podsumowanie praktyki i omówienie prac uczestników, sesja Q&A
2. Test teoretycznej
3. Obserwacja w warunkach rzeczywistych
4. Omówienie wyników, rozdanie certyfikatów
5. Zakończenie szkolenia, ankieta ewaluacyjna

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 14

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 14 Wprowadzenie, zasady BHP, anatomia skóry wskazania i przeciwwskazania do zabiegu	Zajęcia	TOMASZ ZESZOT	12-12-2026	08:00	08:30	00:30
2 z 14 Teoria zabiegów: skalpel, dłuto, skin polishing, pododysk	Zajęcia	TOMASZ ZESZOT	12-12-2026	08:30	10:15	01:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 14 Ćwiczenia praktyczne: technika pracy skalpelem i dłutem	Zajęcia	TOMASZ ZESZOT	12-12-2026	10:15	11:30	01:15
4 z 14 -	Przerwa	-	12-12-2026	11:30	11:45	00:15
5 z 14 Ćwiczenia praktyczne: usuwanie hiperkeratoz.	Zajęcia	TOMASZ ZESZOT	12-12-2026	11:45	13:00	01:15
6 z 14 -	Przerwa	-	12-12-2026	13:00	13:45	00:45
7 z 14 Ćwiczenia praktyczne: praca frezarką, pododyskiem.	Zajęcia	TOMASZ ZESZOT	12-12-2026	13:45	16:00	02:15
8 z 14 Dezynfekcja i sterylizacja w gabinecie podologicznym.	Zajęcia	TOMASZ ZESZOT	13-12-2026	08:00	08:30	00:30
9 z 14 Badanie podmiotowe i przedmiotowe w gabinecie podologicznym	Zajęcia	TOMASZ ZESZOT	13-12-2026	08:30	10:15	01:45
10 z 14 -	Przerwa	-	13-12-2026	10:15	10:30	00:15
11 z 14 Ćwiczenia praktyczne: wywiad zabiegowy, dobór dermokosmetyków pielęgnacyjnych	Zajęcia	TOMASZ ZESZOT	13-12-2026	10:30	12:30	02:00
12 z 14 -	Przerwa	-	13-12-2026	12:30	13:15	00:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 14 Ćwiczenia praktyczne: zabieg kompleksowa terapia onycholizy	Zajęcia	TOMASZ ZESZOT	13-12-2026	13:15	15:30	02:15
14 z 14 -	Walidacja	-	13-12-2026	15:30	16:00	00:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00
w tym suma godzin zajęć	13:30
w tym suma godzin walidacji	00:30
w tym suma przerw	02:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:30

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 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, jeżeli 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	5 116,80 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 160,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	319,80 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	16:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

TOMASZ ZESZOT

Prowadzę profesjonalną działalność w zakresie podologii i kosmetologii, koncentrując się na kompleksowej opiece nad zdrowiem i estetyką stóp. Moj gabinet w Stargardzie – TZPodologia – to miejsca, w których pacjenci otrzymują indywidualne wsparcie, skuteczne terapie podologiczne oraz najwyższy standard usług.

Od 15 lat jako praktyk oraz kosmetolog, podolog specjalizuję się w terapii skóry suchej, terapii hiperkeratoz, terapii zmian chorobowych płytki paznokciowej (m.in. onycholiza, grzybica, onychogryfoza) oraz w profesjonalnym usuwaniu brodawek wirusowych. Stawiam na interdyscyplinarne podejście, łącząc wiedzę medyczną, kosmetologiczną i podologiczną.

Jako instruktor i szkoleniowiec marki Pharm Foot przekazuję swoją wiedzę i doświadczenie zarówno początkującym, jak i zaawansowanym specjalistom branży beauty i podologii.

Prowadzę szkolenia stacjonarne i warsztaty praktyczne z zakresu:

Podstaw pedicure kosmetycznego i podologicznego.

Pracy ze skalpelem, dłutem i frezarką

Opracowywania paznokci zmienionych chorobowo.

Terapii na brodawki wirusowe

Technik ortonykcyjnych i terapii paznokcia wkręcającego się i wrastającego.

Terapie skóry i paznokci z użyciem dermokosmetyków.

Profilaktyki stopy cukrzycowej i pielęgnacji skóry wrażliwej.

Doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia szczegółowych danych dotyczących oferowanej usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik w ramach szkolenia otrzyma:

- skrypt szkoleniowy
- podręcznik szkoleniowy

Warunki uczestnictwa

Szkolenie skierowane jest do:

- Osób wykonujących pedicure kosmetyczny, które chcą poszerzyć swoje kompetencje o zabiegi z zakresu podologii
- Kosmetologów i techników usług kosmetycznych zainteresowanych wprowadzeniem do swojej oferty pracy skalpelem
- Osób prowadzących lub planujących otwarcie gabinetów pedicure/podologicznych
- Osoby prowadzące gabinety podologiczne, kosmetyczne lub zainteresowane poszerzeniem usług o specjalistyczne metody pracy przy wrastających paznokciach

W przypadku uczestnictwa w usłudze osoby z niepełnosprawnością dostawca usługi zapewni realizację usługi rozwojowej uwzględniając potrzeby osób z niepełnosprawnościami (w tym również dla osób ze szczególnymi potrzebami) zgodnie ze Standardami dostępności dla polityki spójności 2021-2027.

Adres

ul. Hetmana Stefana Czarnieckiego 3/6
73-110 Stargard
woj. zachodniopomorskie

Gabinet TZPodologia Tomasz Zeszot położony w centrum Stargardu.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Bezpłatny parking, toaleta przystosowana dla osób niepełnosprawnych.

Kontakt



TOMASZ ZESZOT

E-mail tzpodologia@gmail.com

Telefon (+48) 518 555 991