

dr Kaseł

DR KASELA SPÓŁKA
Z OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,8 / 5

307 ocen

Skin longevity – długowieczność skóry w zrównoważonej kosmetyologii: świadoma pielęgnacja, eko-suplementacja i analiza skóry AI – kwalifikacje

Numer usługi 2026/07/09/175340/3679097

📍 Katowice

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 16:00 h

📅 22.08.2026 do 01.09.2026

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

312,50 PLN brutto/h

312,50 PLN netto/h

226,67 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Uroda
Grupa docelowa usługi	• osoby zainteresowane świadomą pielęgnacją skóry, • osoby chcące spowolnić procesy starzenia skóry, • osoby zainteresowane zdrowym stylem życia, • osoby chcące poznać wpływ żywienia i suplementacji na skórę, • osoby bez doświadczenia w branży beauty, • osoby zainteresowane nowoczesnymi technologiami w pielęgnacji skóry.
Minimalna liczba uczestników	4
Maksymalna liczba uczestników	10
Data zakończenia rekrutacji	21-08-2026
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

Usługa przygotowuje uczestników do świadomego dbania o zdrowie i długowieczność skóry zgodnie z zasadami zielonej gospodarki. Obejmuje profilaktykę anti-aging, ochronę przeciwsłoneczną, odżywianie i suplementację oraz rozwija zielone kompetencje: dobór ekologicznych kosmetyków i suplementów, ograniczanie mikroplastiku, stosowanie zasad Green IT oraz wdrażanie praktyk zmniejszających zużycie wody, energii i ilość odpadów w gabinecie.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik charakteryzuje procesy starzenia skóry	Uczestnik wyjaśnia różnice pomiędzy starzeniem wewnętrznym i zewnętrznym oraz opisuje podstawowe procesy zachodzące w starzejącej się skórze.	Test teoretyczny
Uczestnik wyjaśnia wpływ stylu życia na kondycję skóry	Uczestnik omawia wpływ co najmniej 4 elementów stylu życia, takich jak sen, aktywność fizyczna, stres, dieta lub używki, na zdrowie i wygląd skóry.	Test teoretyczny
Uczestnik opisuje czynniki przyspieszające starzenie skóry	Uczestnik wskazuje i opisuje co najmniej 5 czynników przyspieszających proces starzenia skóry, w tym promieniowanie UV, stres oksydacyjny oraz zanieczyszczenia środowiska.	Test teoretyczny
Uczestnik omawia znaczenie ochrony przeciwsłonecznej	Uczestnik wyjaśnia znaczenie ochrony przeciwsłonecznej w profilaktyce fotostarzenia oraz opisuje zasady prawidłowego stosowania preparatów z filtrem UV.	Test teoretyczny
Uczestnik wyjaśnia rolę diety i nawodnienia	Uczestnik opisuje wpływ prawidłowego odżywiania i nawodnienia organizmu na kondycję oraz procesy regeneracyjne skóry.	Test teoretyczny
Uczestnik charakteryzuje składniki odżywcze wspierające zdrowie skóry	Uczestnik wymienia i charakteryzuje najważniejsze składniki wspierające zdrowie skóry, w tym białko, antyoksydanty, witaminy, składniki mineralne oraz kwasy omega-3.	Test teoretyczny
Uczestnik omawia podstawy świadomej suplementacji	Uczestnik wyjaśnia zasady świadomej suplementacji oraz wskazuje podstawowe zasady bezpiecznego stosowania suplementów wspierających zdrowie skóry.	Test teoretyczny
Uczestnik interpretuje wyniki analizy skóry	Uczestnik poprawnie odczytuje wyniki analizy skóry oraz wskazuje potrzeby skóry na podstawie parametrów przedstawionych w raporcie.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik wykonuje analizę skóry przy pomocy analizatora AI	Uczestnik samodzielnie wykonuje analizę skóry z wykorzystaniem analizatora AI zgodnie z procedurą oraz generuje raport z badania.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik dobiera pielęgnację wspierającą zdrowie skóry	Uczestnik dobiera pielęgnację domową na podstawie wyników analizy skóry oraz uzasadnia rekomendowane działania pielęgnacyjne.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik opracowuje indywidualne działania profilaktyczne	Uczestnik opracowuje indywidualny plan działań obejmujący pielęgnację, ochronę przeciwsłoneczną, zdrowe nawyki oraz zalecenia wspierające długowieczność skóry.	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://www.cidesco.pl>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://www.cidesco.pl>

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	CIDESCO POLAND SPÓŁKA Z OGRANICZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ
Nazwa Podmiotu certyfikującego	CIDESCO POLAND SPÓŁKA Z OGRANICZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ

Program

PROGRAM SZKOLENIA

DZIEŃ I (09:00–17:00)

MODUŁ 1 – TEORIA (90 MIN)

Skin Longevity – współczesne podejście do długowieczności skóry

- procesy starzenia skóry,
- starzenie wewnętrzne i zewnętrzne,

- well-aging i healthy aging,
- wpływ środowiska na skórę,
- znaczenie profilaktyki anti-aging,
- czynniki wpływające na długowieczność skóry.

MODUŁ 2 – TEORIA (60 MIN)

Styl życia i czynniki wpływające na procesy starzenia

- promieniowanie UV,
- stres oksydacyjny,
- zanieczyszczenia środowiska,
- sen i regeneracja,
- aktywność fizyczna,
- stres i jego wpływ na skórę,
- glikacja i procesy starzenia.

MODUŁ 3 – TEORIA (60 MIN)

Żywność i suplementacja wspierająca zdrowie skóry

- znaczenie prawidłowego odżywiania,
- rola białka i kolagenu,
- antyoksydanty w diecie,
- witaminy wspierające kondycję skóry,
- składniki mineralne,
- kwasy omega-3,
- nawodnienie organizmu,
- zasady świadomej suplementacji,
- bezpieczeństwo stosowania suplementów.

PRZERWA – 30 MIN

MODUŁ 4 – TEORIA/PRAKTYKA (120 MIN)

Analiza skóry z wykorzystaniem sztucznej inteligencji

- charakterystyka urządzenia,
- rejestracja obrazu skóry,
- analiza nawilżenia,
- ocena elastyczności,
- analiza porów,
- ocena przebarwień,
- analiza zmarszczek,
- ocena wpływu promieniowania UV,
- interpretacja raportów,

- bezpieczeństwo danych cyfrowych,
- opracowanie zaleceń.

PRZERWA – 30 MIN

MODUŁ 5 – PRAKTYKA (90 MIN)

Podstawy pielęgnacji wspierającej zdrowie skóry

- oczyszczanie skóry,
- nawilżanie,
- regeneracja,
- ochrona antyoksydacyjna,
- pielęgnacja poranna i wieczorna,
- ochrona przeciwsłoneczna.

DZIEŃ II (09:00–17:00)

MODUŁ 6 – PRAKTYKA (105 MIN)

Analiza skóry i interpretacja procesów starzenia

- wykonywanie analizy skóry,
- interpretacja wyników,
- analiza raportów,
- identyfikacja potrzeb skóry,
- dokumentacja elektroniczna,
- opracowanie zaleceń.

MODUŁ 7 – PRAKTYKA (140 MIN)

Indywidualne programy Skin Longevity

- planowanie pielęgnacji,
- dobór produktów pielęgnacyjnych,
- ochrona UV,
- działania profilaktyczne,
- planowanie codziennych rytuałów,
- studia przypadków.

PRZERWA – 30 MIN

MODUŁ 8 – PRAKTYKA (115 MIN)

Zdrowe nawyki wspierające kondycję skóry

- analiza stylu życia,
- identyfikacja czynników ryzyka,
- planowanie zdrowych nawyków,
- profilaktyka fotostarzenia,
- edukacja zdrowotna,

- tworzenie indywidualnego planu Skin Longevity.

PRZERWA – 30 MIN

MODUŁ 9 – WALIDACJA (60 MIN)

- test teoretyczny,
- obserwacja w warunkach rzeczywistych.

Sposób organizacji walidacji

Walidacja efektów uczenia się zostanie przeprowadzona w formie testu wiedzy online. Test będzie realizowany za pośrednictwem platformy Google Meet i obejmie zagadnienia odpowiadające zakresowi merytorycznemu szkolenia. Uczestnik uzyska dostęp do testu po zakończeniu części szkoleniowej. Warunkiem pozytywnego zaliczenia walidacji jest uzyskanie minimum 70% poprawnych odpowiedzi.

Walidacja jest prowadzona niezależnie od procesu szkoleniowego i ma na celu potwierdzenie osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się.

Termin przekazania wyników walidacji: Wyniki walidacji zostaną przekazane uczestnikom w terminie do 7 dni roboczych od dnia przystąpienia do testu.

Dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji: Po pozytywnym przejściu procesu walidacji uczestnik otrzyma certyfikat potwierdzający uzyskanie efektów uczenia się przewidzianych dla danej usługi rozwojowej. Dokument zostanie wystawiony przez uprawniony podmiot certyfikujący zgodnie z obowiązującymi przepisami oraz wymaganiami Bazy Usług Rozwojowych.

INFORMACJE DODATKOWE

Program obejmuje:

- 9 godzin zajęć praktycznych,
- 4 godziny zajęć teoretycznych,
- 1 godzinę walidacji,
- 2 godziny przerw.

Program rozwija kompetencje związane ze świadomą pielęgnacją skóry, profilaktyką procesów starzenia, edukacją zdrowotną oraz wykorzystaniem nowoczesnych technologii cyfrowych i sztucznej inteligencji.

Zakres szkolenia obejmuje analizę skóry, interpretację danych cyfrowych oraz tworzenie indywidualnych programów wspierających zdrowie i długowieczność skóry.

Szkolenie ma charakter edukacyjny i profilaktyczny. Informacje dotyczące żywienia i suplementacji mają charakter ogólnieoświatowy i nie stanowią indywidualnych zaleceń medycznych ani dietetycznych.

Warunki organizacyjne realizacji usługi

- szkolenie realizowane jest w sali szkoleniowej wyposażonej w stanowiska do części teoretycznej oraz stanowiska kosmetyczne do części praktycznej,
- każdy uczestnik ma zapewniony dostęp do analizatora skóry wykorzystującego sztuczną inteligencję oraz urządzeń kosmetycznych wykorzystywanych podczas szkolenia,
- organizator zapewnia wszystkie materiały eksploatacyjne, kosmetyki, preparaty, środki higieniczne oraz materiały dydaktyczne niezbędne do wykonania ćwiczeń,
- ćwiczenia praktyczne wykonywane są indywidualnie lub w parach na modelkach/modelach zgodnie z programem szkolenia,
- liczba uczestników umożliwia każdemu samodzielne wykonanie wszystkich elementów praktycznych objętych programem,
- prowadzący na bieżąco monitoruje wykonywanie ćwiczeń, udziela informacji zwrotnej i koryguje ewentualne błędy,
- sala posiada dostęp do energii elektrycznej, oświetlenia, klimatyzacji oraz sieci Wi-Fi.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 13

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 13 Moduł 1. Skin Longevity – współczesne podejście do długowieczności skóry	Zajęcia	Anita Stępień	22-08-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 13 Moduł 2. Styl życia i czynniki wpływające na procesy starzenia	Zajęcia	Anita Stępień	22-08-2026	10:30	11:30	01:00
3 z 13 Moduł 3. Żywnienie i suplementacja wspierająca zdrowie skóry	Zajęcia	Anita Stępień	22-08-2026	11:30	12:30	01:00
4 z 13 -	Przerwa	-	22-08-2026	12:30	13:00	00:30
5 z 13 Moduł 4. Analiza skóry z wykorzystaniem sztucznej inteligencji	Zajęcia	Anita Stępień	22-08-2026	13:00	15:00	02:00
6 z 13 -	Przerwa	-	22-08-2026	15:00	15:30	00:30
7 z 13 Moduł 5. Podstawy pielęgnacji wspierającej zdrowie skóry	Zajęcia	Anita Stępień	22-08-2026	15:30	17:00	01:30
8 z 13 Moduł 6. Analiza skóry i interpretacja procesów starzenia	Zajęcia	Anita Stępień	23-08-2026	09:00	10:45	01:45
9 z 13 Moduł 7. Indywidualne programy Skin Longevity	Zajęcia	Anita Stępień	23-08-2026	10:45	13:05	02:20
10 z 13 -	Przerwa	-	23-08-2026	13:05	13:35	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
11 z 13 Moduł 8. Zdrowe nawyki wspierające kondycję skóry	Zajęcia	Anita Stępień	23-08-2026	13:35	15:30	01:55
12 z 13 -	Przerwa	-	23-08-2026	15:30	16:00	00:30
13 z 13 -	Walidacja	-	23-08-2026	16:00	17:00	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00
w tym suma godzin zajęć	13:00
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	02:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 000,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	312,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	312,50 PLN
W tym koszt walidacji brutto	100,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	100,00 PLN

W tym koszt certyfikowania brutto	250,00 PLN
-----------------------------------	------------

W tym koszt certyfikowania netto	250,00 PLN
----------------------------------	------------

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
---------------	---------------

Liczba godzin zegarowych usługi	16:00
---------------------------------	-------

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Anita Stępień

Chemik kosmetyczny i magister kosmetologii. Absolwentka Uniwersytetu Łódzkiego oraz Wyższej Szkoły Inżynierii i Zdrowia w Warszawie. Od 4 lat prowadzi własny gabinet -Instytut Kosmetologii Estetycznej. Zajmuje się kosmetologią pielęgnacyjną oraz zaawansowanymi terapiami zabiegowymi, w tym procedurami anti-aging, zabiegami rewitalizującymi, mezoterapią.

Specjalizuje się w kompleksowym planowaniu pielęgnacji skóry, opartym na świadomej analizie składów kosmetyków i doborze substancji aktywnych z uwzględnieniem ich bezpieczeństwa dla skóry i środowiska.

Od kilku lat prowadzi szkolenia obejmujące zagadnienia zielonych kompetencji, w szczególności z zakresu zrównoważonej pielęgnacji skóry, odpowiedzialnej konsumpcji kosmetyków, ograniczania zużycia wody i energii oraz minimalizacji odpadów w praktyce.

Certyfikaty:

Alma Harmony – technologie laserowe w terapii skóry (2025)
Laser Motus PRO – procedury zabiegowe i praktyczne zastosowanie technologii laserowej (2025)
Laser LaserMe oraz procedury zabiegowe Neauvia (2025)
Dermapen 4.0 (2025)
Geneo (2025)
ONDA – zaawansowane techniki modelowania sylwetki i redukcji tkanki tłuszczowej (2024)
Lumenis M22 (2024)
Depilacja laserowa Light Sheer Desire (2023)
Mezoterapia mikroigłowa – Dermapen (2022)
Mezoterapia mikroigłowa i peelingi chemiczne (2022)
Mezoterapia igłowa i lipoliza iniekcyjna (2022)
Zastosowanie stymulatorów tkankowych (2022)
Oczyszczanie wodorowe (2022)
Kriolipoliza, fala radiowa, liposukcja ultradźwiękowa, lipolaser (2021)

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Organizator zapewnia niezbędne materiały , sprzęt i akcesoria do przeprowadzenia szkolenia.

Każdy uczestnik szkolenia otrzyma skrypt szkoleniowy.

Adres

ul. Dworska 9a/4

40-584 Katowice

woj. śląskie

Organizator zapewnia odpowiednie warunki do prowadzenia zarówno części teoretycznej, jak i praktycznej części kursu.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



MIROŚŁAWA KASELA

E-mail info@drkasela.com

Telefon (+48) 693 418 978