



FUNDACJA
REAKTYWACJI
RZEMIOSŁA I
AKTYWIZACJI
ZAWODOWEJ

Brak ocen dla tego dostawcy

Terapia holistyczna z elementami masażu

Numer usługi 2026/07/10/214760/3681924

7 847,40 PLN brutto

6 380,00 PLN netto

140,13 PLN brutto/h

113,93 PLN netto/h

226,67 PLN cena rynkowa ⓘ

📍 Leśno

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👤 Zajęcia indywidualne

🕒 56:00 h

📅 24.07.2026 do 30.07.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Uroda
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest do: - osób zainteresowanych rozwojem zawodowym w obszarze terapii naturalnych i wspierających, - opiekunów osób starszych i niesamodzielnych, - pracowników sektora usług zdrowotnych i społecznych, - osób planujących rozpoczęcie działalności w obszarze usług zdrowotnych, - wszystkich osób zainteresowanych wykorzystaniem metod holistycznych w pracy lub życiu codziennym.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	1
Data zakończenia rekrutacji	23-07-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat VCC Akademia Edukacyjna

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestników do stosowania holistycznego podejścia do wspierania dobrostanu fizycznego, emocjonalnego i psychicznego człowieka poprzez wykorzystanie podstawowych metod terapii

holistycznej oraz technik masażu relaksacyjnego i wspomagającego. Uczestnicy zdobędą wiedzę dotyczącą funkcjonowania organizmu w ujęciu holistycznym, nauczą się dobierać odpowiednie metody pracy do potrzeb klienta oraz wykonywać wybrane techniki masażu z zachowaniem zasad bezpieczeństwa

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje założenia terapii holistycznej oraz ich zastosowanie w pracy z klientem	definiuje pojęcie terapii holistycznej	Obserwacja w warunkach symulowanych
	opisuje zależności pomiędzy zdrowiem fizycznym, psychicznym i emocjonalnym	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wymienia podstawowe metody terapii holistycznej	Obserwacja w warunkach symulowanych
Rozróżnia wskazania i przeciwwskazania do wykonywania masażu	omawia zasady bezpieczeństwa podczas wykonywania masażu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wskazuje możliwe zagrożenia wynikające z nieprawidłowo wykonanego zabiegu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	identyfikuje sytuacje wymagające odstąpienia od zabiegu	Obserwacja w warunkach symulowanych
Przygotowuje stanowisko pracy oraz klienta do wykonania masażu	dobiera niezbędne materiały i środki pomocnicze	Obserwacja w warunkach symulowanych
	informuje klienta o przebiegu zabiegu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	organizuje stanowisko zgodnie z zasadami ergonomii	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykonuje podstawowe techniki masażu relaksacyjnego	zachowuje odpowiednią kolejność czynności	Obserwacja w warunkach symulowanych
	dostosowuje siłę i tempo pracy do potrzeb klienta	Obserwacja w warunkach symulowanych
	prawidłowo wykonuje techniki głaskania, rozcierania i ugniatania	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Dobiera metody wspierania dobrostanu i potrzeb klienta	analizuje potrzeby klienta	Obserwacja w warunkach symulowanych
	proponuje odpowiednie techniki relaksacyjne	Obserwacja w warunkach symulowanych
	opracowuje podstawowy plan działań wspierających	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

Kurs „Terapii holistycznej z elementami masażu” realizowany jest w formie stacjonarnej. Zajęcia prowadzone są z wykorzystaniem metod aktywizujących uczestników, takich jak ćwiczenia praktyczne, demonstracje, studia przypadków, dyskusje moderowane oraz symulacje sytuacji zawodowych. Znaczną część szkolenia stanowią zajęcia praktyczne umożliwiające doskonalenie technik masażu oraz umiejętności pracy z klientem.

Uczestnicy mają zapewnione stanowiska szkoleniowe wyposażone w niezbędny sprzęt i materiały dydaktyczne umożliwiające realizację ćwiczeń praktycznych

Zajęcia prowadzone są przez instruktora posiadającego doświadczenie praktyczne w zakresie masażu i pracy z ciałem.

Program szkolenia obejmuje zagadnienia:

1. Wprowadzenie do terapii holistycznej

- Podstawy terapii holistycznej.
- Człowiek jako jedność ciała, umysłu i emocji.
- Wpływ stylu życia na zdrowie i dobrostan.

- Zasady budowania relacji terapeutycznej.
 - Etyka pracy terapeuty holistycznego.
2. . **Anatomia i fizjologia człowieka w praktyce terapeutycznej**
- Budowa i funkcjonowanie układu mięśniowego.
 - Układ kostno-stawowy.
 - Układ nerwowy i jego znaczenie w procesach regeneracji.
 - Przeciwwskazania do wykonywania zabiegów masażu.
 - Bezpieczeństwo pracy z klientem.

3. **Techniki relaksacyjne i redukcja stresu**
- Mechanizmy powstawania stresu.
 - Techniki oddechowe.
 - Relaksacja mięśniowa.
 - Elementy mindfulness i uważności.
 - Metody wspierania równowagi psychofizycznej.

4. **Masaż relaksacyjny – teoria i praktyka**
- Organizacja stanowiska pracy.
 - Przygotowanie klienta do masażu.
 - Zasady ergonomii pracy terapeuty.
 - Techniki głaskania, rozcierania, ugniatania i oklepywania.
 - Masaż pleców, karku i obręczy barkowej.
 - Masaż kończyn górnych i dolnych.
 - Łączenie technik masażu z elementami relaksacji.
 - Dokumentowanie wykonanych zabiegów.

5. **Holistyczne metody wspierania dobrostanu**
- Znaczenie aktywności fizycznej.
 - Podstawy zdrowego stylu życia.
 - Wspieranie regeneracji organizmu.
 - Indywidualizacja działań terapeutycznych.
 - Tworzenie planu wsparcia klienta z wykorzystaniem poznanych metod.

Walidacja prowadzona jest przez osobę niebędącą trenerem realizującym usługę rozwojową. Obejmuje część teoretyczną oraz częśćpraktyczną polegającą na wykonaniu zadania zawodowego w warunkach symulowanych. Weryfikacja efektów uczenia się prowadzonajest w odniesieniu do wszystkich efektów wskazanych w programie szkolenia.

Po pozytywnym ukończeniu walidacji uczestnik otrzymuje dokument potwierdzający osiągnięcie efektów uczenia się.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 36

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 36 Wprowadzenie do terapii holistycznej	Zajęcia	Bolesław Drapella	24-07-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 36 -	Przerwa	-	24-07-2026	11:00	11:30	00:30
3 z 36 Wprowadzenie do terapii holistycznej	Zajęcia	Bolesław Drapella	24-07-2026	11:30	14:00	02:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
4 z 36 -	Przerwa	-	24-07-2026	14:00	14:30	00:30
5 z 36 Wprowadzenie do terapii holistycznej	Zajęcia	Bolesław Drapella	24-07-2026	14:30	17:00	02:30
6 z 36 Anatomia i fizjologia człowieka w praktyce terapeutycznej	Zajęcia	Bolesław Drapella	25-07-2026	09:00	11:00	02:00
7 z 36 -	Przerwa	-	25-07-2026	11:00	11:30	00:30
8 z 36 Anatomia i fizjologia człowieka w praktyce terapeutycznej	Zajęcia	Bolesław Drapella	25-07-2026	11:30	14:00	02:30
9 z 36 -	Przerwa	-	25-07-2026	14:00	14:30	00:30
10 z 36 Anatomia i fizjologia człowieka w praktyce terapeutycznej	Zajęcia	Bolesław Drapella	25-07-2026	14:30	17:00	02:30
11 z 36 Techniki relaksacyjne i redukcja stresu	Zajęcia	Bolesław Drapella	26-07-2026	09:00	11:00	02:00
12 z 36 -	Przerwa	-	26-07-2026	11:00	11:30	00:30
13 z 36 Techniki relaksacyjne i redukcja stresu	Zajęcia	Bolesław Drapella	26-07-2026	11:30	14:00	02:30
14 z 36 -	Przerwa	-	26-07-2026	14:00	14:30	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
15 z 36 Techniki relaksacyjne i redukcja stresu	Zajęcia	Bolesław Drapella	26-07-2026	14:30	17:00	02:30
16 z 36 Techniki relaksacyjne i redukcja stresu	Zajęcia	Bolesław Drapella	27-07-2026	09:00	11:00	02:00
17 z 36 -	Przerwa	-	27-07-2026	11:00	11:30	00:30
18 z 36 Techniki relaksacyjne i redukcja stresu	Zajęcia	Bolesław Drapella	27-07-2026	11:30	14:00	02:30
19 z 36 -	Przerwa	-	27-07-2026	14:00	14:30	00:30
20 z 36 Techniki relaksacyjne i redukcja stresu	Zajęcia	Bolesław Drapella	27-07-2026	14:30	17:00	02:30
21 z 36 Masaż relaksacyjny	Zajęcia	Bolesław Drapella	28-07-2026	09:00	11:00	02:00
22 z 36 -	Przerwa	-	28-07-2026	11:00	11:30	00:30
23 z 36 Masaż relaksacyjny	Zajęcia	Bolesław Drapella	28-07-2026	11:30	14:00	02:30
24 z 36 -	Przerwa	-	28-07-2026	14:00	14:30	00:30
25 z 36 Masaż relaksacyjny	Zajęcia	Bolesław Drapella	28-07-2026	14:30	17:00	02:30
26 z 36 Masaż relaksacyjny	Zajęcia	Bolesław Drapella	29-07-2026	09:00	11:00	02:00
27 z 36 -	Przerwa	-	29-07-2026	11:00	11:30	00:30
28 z 36 Masaż relaksacyjny	Zajęcia	Bolesław Drapella	29-07-2026	11:30	14:00	02:30
29 z 36 -	Przerwa	-	29-07-2026	14:00	14:30	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
30 z 36 Holistyczne metody wspierania dobrostanu	Zajęcia	Bolesław Drapella	29-07-2026	14:30	17:00	02:30
31 z 36 Holistyczne metody wspierania dobrostanu	Zajęcia	Bolesław Drapella	30-07-2026	09:00	11:00	02:00
32 z 36 -	Przerwa	-	30-07-2026	11:00	11:30	00:30
33 z 36 Holistyczne metody wspierania dobrostanu	Zajęcia	Bolesław Drapella	30-07-2026	11:30	14:00	02:30
34 z 36 -	Przerwa	-	30-07-2026	14:00	14:30	00:30
35 z 36 Holistyczne metody wspierania dobrostanu	Zajęcia	Bolesław Drapella	30-07-2026	14:30	16:00	01:30
36 z 36 -	Walidacja	-	30-07-2026	16:00	17:00	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	56:00
w tym suma godzin zajęć	48:00
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	07:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	65:15

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	7 847,40 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	6 380,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	140,13 PLN
Koszt osobogodziny netto	113,93 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	56:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Bolesław Drapella

Masażysta, saunamistrz, zielarz, fitoterapeuta i międzynarodowy sędzia saunowy. Specjalizuje się w sektorach online, branży lotniczej, turystyczno-hotelarskiej, wellness, e-commerce oraz w branży nieruchomości. Założyciel i prezes Saunowego Stawu – zielonego spa w sercu Kaszub, które holistycznie pomaga w walce ze stresem przy zaawansowanym wykorzystaniu saun. Były Prezes Morizon SA i AirHelp Poland oraz COO w Grupie AirHelp – odpowiedzialny za rozwój i ekspansję firmy od 50 do 750 osób zatrudnionych na całym świecie. Znajomość zarówno polskiego jak i zagranicznych środowisk pracy pozwala mu patrzeć holistycznie na wyzwania organizacji. Inwestor i Limited Partner w Black Pearls VC. Założyciel SaunaGrow – miejsca kreatywnych spotkań biznesowych, gdzie łączy wiedzę i doświadczenie z pasją szerzenia kultury saunowania oraz wsparciem charytatywnym. Jako mentor

SaunaGrow wspiera przedsiębiorców w zakresie modelu biznesowego, skalowania organizacji i marketingu.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy kursu otrzymują skrypt, teczkę, długopis oraz notatnik

Adres

ul. Saunamistrzów 8
84-208 Leśno
woj. pomorskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Monika Gielar

E-mail monika@gielar.pl

Telefon (+48) 511 116 561