



Patrycja Preiniger
FizjoBeauty

★★★★★ 5,0 / 5

2 oceny

Zielone kompetencje - Kurs Terapii Punktów Spustowych – skuteczność, bezpieczeństwo i ekologia w zrównoważonym rozwoju gabinetu

Numer usługi 2026/07/13/187496/3685679

📍 Rybnik

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👤 Zajęcia indywidualne

🕒 24:00 h

📅 26.08.2026 do 28.08.2026

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

208,33 PLN brutto/h

208,33 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Szkolenie zwraca uwagę na odpowiednią segregację odpadów, utylizację odpadów medycznych i eliminowanie zbędnych środków jednorazowych i przeznaczone jest dla:

- **fizjoterapeutów** - pracujących z pacjentami bólowymi, ortopedycznymi, sportowymi i neurologicznymi,
- **terapeutów manualnych** - chcących wzbogacić warsztat o techniki punktów spustowych manualnie lub za pomocą narzędzi, wykonanych z biodegradowalnych lub naturalnych surowców.
- **masażystów** - zainteresowanych skutecznymi technikami zwalczania bólu i redukcji napięcia mięśniowego,
- **osób, które chcą zacząć pracować manualnie,**
- **studentów kierunków medycznych,**
- **trenerów motorycznych i przygotowania fizycznego.**

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

1

Data zakończenia rekrutacji

17-08-2026

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

Celem szkolenia "Zielone kompetencje - Kurs Terapii Punktów Spustowych – skuteczność, bezpieczeństwo i ekologia w zrównoważonym rozwoju gabinetu" jest nauka o poprawnym wykonywaniu technik z jak najmniejszą ilością generowanych śmieci i odpadów medycznych. Wdrożenie w bezpieczeństwo w pracy manualnej z pacjentem i odpowiednim dbaniu o środowisko. Zwiększenie wiedzy odnośnie kosmetyków i środków niszczących środowisko, wykorzystywanych w technikach manualnych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza - Charakteryzuje historię i filozofię pracy z powięzią i zrównoważonego rozwoju w branży medycznej.	Uczestnik poprawnie omawia genezę terapii powięzią, wymienia podstawowe techniki i wskazuje przykłady praktyk proekologicznych.	Test teoretyczny
Wiedza - Wskazuje budowę anatomiczną całego ciała i zlokalizowania punktów spustowych.	Uczestnik lokalizuje główne mięśnie ciała w celu terapii punktów spustowych na nich	Test teoretyczny
Umiejętności - demonstruje odpowiednio dobrane i zrównoważone techniki w pracy z powięzią pacjenta.	Uczestnik wykonuje pełny zabieg zgodnie z pokazem instruktora, zachowując zasady bezpieczeństwa podczas pracy z pacjentem.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Umiejętności - Dobiera i stosuje naturalne preparaty i kosmetyki oraz ekologiczne materiały wspierające zabieg i ekologiczne środki czystości.	Uczestnik wybiera odpowiednie środki utylizacji odpadów medycznych i ich przechowywania. Zna minimalizowanie ilości wytwarzanych odpadów.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Kompetencje społeczne - Wykazuje postawę otwartości na praktyki prośrodowiskowe i holistyczne podejście do klienta.	Uczestnik trenuje zasady zgodne z ochroną środowiska i ergonomiczną pracą w proekologii w gabinecie.	Obserwacja w warunkach symulowanych

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

Dzień 1 – Wprowadzenie do metody punktów spustowych

Moduł 1. Wprowadzenie do tematu punktów spustowych

- Fizjologia i mechanizm działania terapii punktów spustowych.
- Stanowisko pracy do prowadzenia terapii produktami przyjaznymi środowisku.
- Wskazania i przeciwwskazania terapii punktów spustowych.

Moduł 2. Kompetencje zielone w praktyce gabinetu

- Zrównoważone podejście do pracy: segregacja odpadów medycznych.
- Wybór naturalnych i ekologicznych środków do dezynfekcji.
- Świadome dbanie o zdrowie klienta i własne (ergonomia, postawa ciała).

Moduł 3. Terapia punktów spustowych z igłoterapią mięśni grzbietu

- Lokalizacja i palpacja punktów spustowych mięśni grzbietu, zakres promieniowania bólu.
- Punkty newralgiczne i strefy promieniowania bólu.

Moduł 4. Terapia punktów spustowych z igłoterapią miednicy i pośladków

- Trening ucisku ischemicznego punktów spustowych.
- Techniki rozluźniania mięśniowo-powięziowego.

Dzień 2 – Praktyka i zaawansowane techniki

Moduł 5. Techniki terapii punktów spustowych

- Omówienie zagrożeń i reakcji odczuwalnych przez pacjenta.
- Doskonalenie technik z dnia poprzedniego.

Moduł 6. Kompetencje zielone w punktach spustowych

- Odpowiedzialne gospodarowanie materiałami.
- Dobór ekologicznych środków dezynfekcji i środków do terapii powięzi.
- Minimalizacja zużycia jednorazowych środków czystości i opakowań.

Moduł 7. Terapia punktów spustowych grzbietu i kończyny dolnej.

- Lokalizacja i palpacja punktów spustowych mięśni grzbietu.
- Terapia powięziowa mięśni grzbietu.

Moduł 8. Terapia punktów spustowych z igłoterapią kończyny dolnej - strona przednia

- Lokalizacja i palpacja punktów spustowych mięśni kończyny dolnej strona przednia,
- Terapia powięziowa ekologicznymi i wegańskimi produktami mięśni kończyny dolnej strony tylnej.

Dzień 3 – Integracja technik i egzamin praktyczny

Moduł 9. Kompetencje zielone – wdrażanie w działalności gabinetu

- efektywne gospodarowanie zasobami,
- etyczne podejście do pacjenta i środowiska,
- tworzenie ekologicznych standardów w gabinecie terapeutycznym,

Moduł 10. Terapia punktów spustowych kończyny górnej

- Lokalizacja i palpacja punktów spustowych mięśni kończyny górnej.
- Terapia powięziowa ekologicznymi i wegańskimi produktami mięśni kończyny górnej.

Moduł 11. Terapia punktów spustowych mięśni twarzy

- Lokalizacja i palpacja punktów spustowych mięśni twarzy.
- Terapia powięziowa narzędziami z kwarcu, kamienia i bambusa - proekologiczny wybór medycznych narzędzi do terapii.

Moduł 12. Podsumowanie i certyfikacja

- Sesja pytań i odpowiedzi.
- Walidacja
- Indywidualne wskazówki rozwojowe.
- Wręczenie certyfikatów ukończenia.

Czas trwania usługi rozwojowej został określony w godzinach dydaktycznych, gdzie 1 godzina dydaktyczna = 45 minut zegarowych.

Liczba godzin szkolenia nie uwzględnia przerw.

Harmonogram szkolenia przewiduje czas na realizację walidacji oraz przerwy obiadowe, które są wliczane do całkowitego czasu trwania usługi rozwojowej.

Harmonogram szkolenia oparty jest na czasie rzeczywistym (zegarowym), natomiast liczba godzin usługi została przeliczona na godziny dydaktyczne według przelicznika stosowanego w systemie BUR.

Harmonogram szkolenia może ulec drobnym zmianom czasowym w zależności od tempa pracy uczestników oraz czasu potrzebnego na wykonanie poszczególnych etapów zabiegów.

Szkolenie trwa 28 godzin dydaktycznych w podziale na: 12 godzin dydaktycznych teorii oraz 16 godzin dydaktycznych praktyki.

Walidacja zostanie przeprowadzona w 2 etapach:

- test teoretyczny jednokrotnego wyboru składający się z 10 pytań zamkniętych
- zadanie praktyczne.

Kursanci pracują w zespołach 2 osobowych - 1 stanowisko na 2 osoby.

Szkolenie "**Zielone kompetencje - Kurs Terapii Punktów Spustowych – skuteczność, bezpieczeństwo i ekologia w zrównoważonym rozwoju gabinetu**" zostało objęte materiałami dydaktycznymi, które zachowują myśl zielonych kompetencji w celu wdrożenia zmian proekologicznych w pracy i prowadzeniu terapii, obniżonej ilości wytwarzanych odpadów, wybór ekologicznych środków do terapii, zachowania ergonomii, zwiększenia efektywności i obniżeniem zużycia materiałów potrzebnych do wykonania zabiegu.

Uczestnicy kursu zdobywają wiedzę i umiejętności m.in. w zakresie:

- świadomego **zarządzania odpadami medycznymi** poprzez ich właściwą segregację i minimalizowanie ilości,
- wyboru i stosowania **produktów naturalnych, ekologicznych i przyjaznych środowisku** w codziennej pracy, wyboru między wartościowym produktem ekologicznym do pracy z pacjentem,
- ograniczania zużycia **wody, energii oraz materiałów jednorazowych** dzięki wdrażaniu bardziej efektywnych i odpowiedzialnych praktyk, zmniejszenie użycie energii elektrycznej poprzez doboru odpowiednich energooszczędnych lamp podczas wykonywania zabiegu i zmniejszenie użycia podgrzewanej wody,
- implementowania zasad **zero waste** w organizacji gabinetu terapeutycznego oraz codziennych procedurach.

Program kursu koncentruje się na tworzeniu bezpiecznego i zrównoważonego środowiska pracy terapeuty, obejmując naukę przygotowania stanowiska zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju oraz wdrażanie praktyk ograniczających zużycie wody, energii i materiałów jednorazowych. Szczególną uwagę poświęcamy także świadomym wyborom produktów stosowanych podczas terapii oraz edukacji pacjentów w zakresie codziennych, proekologicznych nawyków wspierających zdrowie.

Harmonogram zajęć został zaprojektowany tak, aby zapewnić równowagę między solidną wiedzą teoretyczną a intensywnymi warsztatami praktycznymi. Efekty kształcenia obejmują rozwój wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych, które wspierają odpowiedzialne, świadome i ekologiczne podejście do pracy zawodowej oraz kształtują postawę terapeuty dbającego zarówno o pacjenta, jak i o środowisko.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 22

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 22 Wprowadzenie do pojęć powięzi i punktów spustowych	Zajęcia	Patrycja Preiniger	26-08-2026	09:00	10:45	01:45
2 z 22 -	Przerwa	-	26-08-2026	10:45	11:00	00:15
3 z 22 Wskazania i przeciwwskazania. Zasady przestrzegania zrównoważonego rozwoju gabinetu i proekologii.	Zajęcia	Patrycja Preiniger	26-08-2026	11:00	13:00	02:00
4 z 22 -	Przerwa	-	26-08-2026	13:00	13:30	00:30
5 z 22 Punkty spustowe grzbietu	Zajęcia	Patrycja Preiniger	26-08-2026	13:30	15:15	01:45
6 z 22 -	Przerwa	-	26-08-2026	15:15	15:30	00:15
7 z 22 Techniki powięziowe grzbietu z ekologicznymi środkami	Zajęcia	Patrycja Preiniger	26-08-2026	15:30	17:00	01:30
8 z 22 Punkty spustowe kończyny dolnej - mięśniowa taśma tylna	Zajęcia	Patrycja Preiniger	27-08-2026	09:00	10:45	01:45
9 z 22 -	Przerwa	-	27-08-2026	10:45	11:00	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 22 Punkty spustowe mięśni kończyny dolnej - techniki z wykorzystaniem ekologicznych narzędzi	Zajęcia	Patrycja Preiniger	27-08-2026	11:00	13:00	02:00
11 z 22 -	Przerwa	-	27-08-2026	13:00	13:30	00:30
12 z 22 Punkty spustowe mięśni kończyny dolnej - strona przednia z wykorzystaniem ekologicznych narzędzi	Zajęcia	Patrycja Preiniger	27-08-2026	13:30	15:15	01:45
13 z 22 -	Przerwa	-	27-08-2026	15:15	15:30	00:15
14 z 22 Punkty spustowe i terapia powięziowa kończyny dolnej z wykorzystaniem wegańskich i ekologicznych środków poślizgowych	Zajęcia	Patrycja Preiniger	27-08-2026	15:30	17:00	01:30
15 z 22 Rozwinięcie pojęcia proekologii i zrównoważonego rozwoju z zachowaniem zasad opieki RODO	Zajęcia	Patrycja Preiniger	28-08-2026	09:00	10:45	01:45
16 z 22 -	Przerwa	-	28-08-2026	10:45	11:00	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
17 z 22 Anatomia i palpacja punktów spustowych mięśni klatki piersiowej i twarzy	Zajęcia	Patrycja Preiniger	28-08-2026	11:00	13:00	02:00
18 z 22 -	Przerwa	-	28-08-2026	13:00	13:30	00:30
19 z 22 Techniki powięziowe w terapii punktów spustowych z wykorzystanie m naturalnych i ekologicznych środków	Zajęcia	Patrycja Preiniger	28-08-2026	13:30	15:15	01:45
20 z 22 -	Przerwa	-	28-08-2026	15:15	15:30	00:15
21 z 22 Podsumowanie wszystkich technik	Zajęcia	Patrycja Preiniger	28-08-2026	15:30	16:30	01:00
22 z 22 -	Walidacja	-	28-08-2026	16:30	17:00	00:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	24:00
w tym suma godzin zajęć	20:30
w tym suma godzin walidacji	00:30
w tym suma przerw	03:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	28:00

Cennik

Cennik

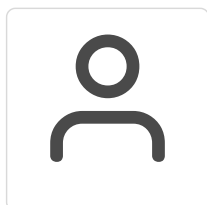
Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 000,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	208,33 PLN
Koszt osobogodziny netto	208,33 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	24:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Patrycja Preiniger

Magister fizjoterapii, wykładowca szkoły policealnej na kierunku technik masażyста od dwóch lat, właścicielka 2 gabinetów fizjoterapeutycznych od 2019r.. Ponad 7 lat doświadczenia prowadzenia gabinetu i pracy z pacjentami ortopedycznymi, pediatrycznymi, neurologicznymi, stomatologicznymi. Główna fizjoterapeutka w prywatnym żłobku " Leśne Skrzaty" w Jankowicach. Certyfikowana terapeutka manualna. Trenerka ergonomii pracy firmy SQD Alliance, prowadząca tam warsztaty dla fabryk i przedsiębiorstw przemysłowych. Prowadząca kursy w szkole policealnej Teb od ponad roku regularnie w zakresie masażu, terapii blizn.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy na szkoleniu otrzymują: autorski skrypt, długopis, notatnik oraz kosmetyki, które zostaną wykorzystane na szkoleniu.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uczestnictwa jest zarezerwowanie miejsca poprzez kontakt z nami oraz zapisanie się na szkolenie poprzez Baze Usług Rozwojowych z aktualnym ID wsparcia.

Prosimy o kontakt przed dołączeniem do szkolenia pod mailem fizjobeauty13@gmail.com

Informacje dodatkowe

W przypadku uzyskania przez uczestnika dofinansowania ze środków publicznych w wysokości **co najmniej 70%**, usługa szkoleniowa będzie **zwolniona z podatku VAT**, zgodnie z § 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 (Dz.U. 2013 poz. 1722, z późn. zm.).

Adres

Rybnik 30a/45

Rybnik

woj. śląskie

Kontakt



PATRYCJA PREINIGER

E-mail fizjobeauty13@gmail.com

Telefon (+48) 694 042 225