



CENTRUM
SZKOLENIOWO-
BADAWCZE AMBER
ACADEMY-
PRYWATNA
SZKOŁA GRZEGORZ
AMBROŻY

★★★★★ 4,9 / 5

854 oceny

Masaż klasyczny ciała z elementami zielonych kompetencji - szkolenie dla każdego

Numer usługi 2026/07/30/26134/3720303

📍 Rybnik

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 31:30 h

📅 12.10.2026 do 17.10.2026

5 200,00 PLN brutto

5 200,00 PLN netto

165,08 PLN brutto/h

165,08 PLN netto/h

226,67 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Styl życia / Uroda

Grupa docelowa usługi

W szkoleniu mogą wziąć udział wszystkie zainteresowane osoby, które chcą poznać podstawowe techniki masażu klasycznego, zdobyć nowe kompetencje i umiejętności zawodowe. Szkolenie skierowane jest do osób dorosłych, niezależnie od wieku i aktualnego statusu zawodowego, w tym również do osób nieaktywnych zawodowo, emerytów i osób planujących rozwój osobisty lub podjęcie dodatkowej aktywności, a także chcą rozwijać wiedzę i praktyczne umiejętności z zakresu masażu i poznać ekologiczne i zrównoważone metody pracy możliwe do zastosowania zarówno w działalności usługowej, jak i w praktyce indywidualnej. Kryterium udziału nie jest wiek uczestnika, lecz potrzeba nabycia nowych kompetencji, gotowość do uczenia się oraz zainteresowanie wdrażaniem środowiskowych rozwiązań w różnych obszarach życia.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

6

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

Uczestnicy poznają techniki masażu klasycznego i organizacji pracy z wykorzystaniem ekologicznych preparatów, materiałów o zmniejszonym obciążeniu środowiskowym oraz zasad minimalizacji odpadów. Szkolenie uwzględnia efektywne zarządzanie energią i wodą podczas wykonywania masażu oraz stosowanie biodegradowalnych materiałów, co wpisuje się w orientacje PRT dotyczące redukcji emisji, racjonalnego gospodarowania zasobami oraz nowoczesnych technologii wspierających zrównoważone usługi.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
charakteryzuje wymagania wynikające z przepisów bhp	opisuje wymagania higieniczno-sanitarne gabinetu masażu	Test teoretyczny
	opisuje zasady bezpiecznej organizacji i wykonywania pracy	Test teoretyczny
charakteryzuje ogólną budowę organizmu człowieka	opisuje budowę ciała człowieka	Test teoretyczny
	stosuje określenia topograficzne w poszczególnych obszarach ciała	Test teoretyczny
	wymienia techniki masażu klasycznego	Test teoretyczny
	opisuje wykonanie technik masażu klasycznego	Test teoretyczny
charakteryzuje techniki masażu klasycznego	definiuje pojęcia: zrównoważony rozwój, clean beauty oraz gospodarka o obiegu zamkniętym, wskazując ich znaczenie dla usług kosmetycznych, w tym masażu	Test teoretyczny
	wymienia przynajmniej 3 praktyczne sposoby wdrażania zasad zrównoważonego rozwoju lub GOZ w pracy gabinetu masażu (np. ograniczenie odpadów, selekcja produktów, wybór lokalnych dostawców)	Test teoretyczny
	wymienia przynajmniej 2 przykłady, w jaki sposób koncepcja clean beauty wpływa na wybór kosmetyków, opakowań lub metod pracy	Test teoretyczny
	wymienia podstawowe właściwości nanomateriałów stosowanych w kosmetyce oraz ich wpływ na skuteczność i bezpieczeństwo zabiegów	Test teoretyczny
wyjaśnia znaczenie zrównoważonego rozwoju, clean beauty gospodarki o obiegu zamkniętym w kontekście branży kosmetycznej		

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
opisuje właściwości i zastosowania nanomateriałów biodegradowalnych w kontekście masażu	wymienia podstawowe właściwości nanomateriałów stosowanych w kosmetyce oraz ich wpływ na skuteczność i bezpieczeństwo masażu	Test teoretyczny
	wymienia przynajmniej 2 przykłady zastosowań biodegradowalnych nanomateriałów w zabiegach orientalnych i pielęgnacji pozabiegowej z uwzględnieniem wpływu na środowisko	Test teoretyczny
	wymienia potencjalne ryzyka i korzyści związane z użyciem nanotechnologii w kontekście zdrowia skóry i zrównoważonego rozwoju	Test teoretyczny
przedstawia zasady selekcji i stosowania kosmetyków ekologicznych oraz rozpoznaje kluczowe certyfikaty potwierdzające ich zgodność ze standardami clean beauty	charakteryzuje przynajmniej 3 typy kosmetyków ekologicznych (np. naturalne, organiczne, wegańskie, cruelty-free) i wskazuje ich cechy charakterystyczne	Test teoretyczny
	opisuje znaczenie certyfikatów ekologicznych w branży beauty i wskazuje co najmniej 2 oficjalne systemy certyfikacji (np. EcoCert, COSMOS, Vegan Society)	Test teoretyczny
	analizuje etykiety i składniki kosmetyków i sprzętów do masażu orientalnych w kontekście ich zgodności z zasadami clean beauty i zrównoważonej pielęgnacji	Test teoretyczny
	analizuje przykładowy skład kosmetyku(INCI), identyfikuje składniki pożądane i niepożądane zgodnie z zasadami clean beauty	Test teoretyczny
	dobiera odpowiednie produkty ekologiczne do minimum 2 różnych typów skóry, uzasadniając wybór	Obserwacja w warunkach symulowanych
	uwzględnia kryteria certyfikacji oraz deklaracje producenta przy wyborze kosmetyków do zastosowania w masażach orientalnych	Test teoretyczny
dobiera ekologiczne kosmetyki do masażu klasycznego odpowiednie do typu skóry i potrzeb klienta, uwzględniając ich skład, certyfikację oraz zasady clean beauty		

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
przygotowuje i wykonuje zabieg masażu klasycznego zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju, ograniczający zużycie materiałów jednorazowych wykorzystując ekologiczne produkty	opisuje przebieg wybranego masażu orientального z zastosowaniem kosmetyków ekologicznych, wskazując ich składniki aktywne, certyfikaty oraz właściwości	Obserwacja w warunkach symulowanych
	dobiera materiały, akcesoria i techniki pracy zgodne z zasadą less waste, wskazując alternatywy dla materiałów jednorazowych	Obserwacja w warunkach symulowanych
	uzasadnia wybór produktów, technik i materiałów pod kątem wpływu na środowisko i korzyści dla klienta	Test teoretyczny
	wymienia wskazania i przeciwwskazania do masażu (aspekty dermatologiczne i fizjologiczne)	Test teoretyczny
komunikuje klientowi korzyści wynikające z ekologicznych produktów do masażu orientalnych, wykorzystując argumenty zdrowotne, estetyczne i środowiskowe	wymienia przykłady produktów, których należy unikać (parabeny, silikon, sztuczne barwniki i zapachy)	Test teoretyczny
	formułuje jasne i przekonujące komunikaty dotyczące zalet stosowania kosmetyków ekologicznych i zasad clean beauty	Obserwacja w warunkach symulowanych
	przedstawia aspekty zdrowotne, środowiskowe i estetyczne w ofercie masażu orientalnych	Obserwacja w warunkach symulowanych
	przekazuje klientowi rzetelne informacje dotyczące wpływu kosmetyków na zdrowie i środowisko	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://my-ps.eu/dzialalnosc-miedzynarodowa/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <http://www.kosmetyczne-centrum.pl/>

Informacje

Program

Celem szkolenia jest wyposażenie uczestników w wiedzę i umiejętności niezbędne do wykonywania masażu klasycznego w zielonym gabinecie masażu. W trakcie szkolenia uczestnicy nauczą się analizować składy kosmetyków, rozpoznawać certyfikaty ekologiczne (Vegan, Leaping Bunny, Ecocert), dobierać produkty do typu skóry, a także projektować zabieg masażu klasycznego ograniczający odpady i zużycie zasobów. Poznają praktyczne zastosowania biodegradowalnych nanomateriałów i naturalnych surowców (glinki, oleje, wyciągi roślinne).

Szkolenie jest zgodne z Programem Rozwoju Technologii (PRT) 2023–2030 i obejmuje:

PRT-8 – Nanotechnologie i nanomateriały (8.1, 8.10): wykorzystanie biodegradowalnych nanoskładników w kosmetyce oraz innowacyjnych, trwałych formuł przyjaznych środowisku

PRT-3 – Technologie środowiskowe i GOZ (3.1, 3.3, 3.4): wdrażanie zasad less waste, selekcji materiałów, ograniczania wpływu na środowisko i promowania zielonych rozwiązań

Szkolenie kończy się oceną efektów uczenia się oraz nadaniem kwalifikacji: **masażysta z elementami zrównoważonego rozwoju**

Szkolenie odbywa się w grupie maksymalnie 6 osobowej. Dla każdego uczestnika zapewnione jest samodzielne stanowisko pracy wyposażone w niezbędne środki ochrony osobistej i materiały higieniczne, produkty do masażu itp. Zapewnione są także, dla każdego uczestnika, modelki na każdy dzień szkolenia praktycznego.

Walidacja efektów kształcenia zostanie przeprowadzona w formie testu teoretycznego (test jednokrotnego wyboru) oraz obserwacji w warunkach symulowanych (wykonanie wybranych elementów masażu)

Metody nauczania: mini wykład, pogadanka, pokaz i ćwiczenia praktyczne w parach i na modelkach.

Program szkolenia obejmuje następujące zagadnienia:

I. Wprowadzenie do ekologii i zielonych kompetencji w branży beauty w oparciu o klasyfikację ESCO - zajęcia teoretyczne

- zasady zrównoważonego rozwoju w branży kosmetycznej
- produkty ekologiczne i ich znaczenie dla środowiska
- zarządzanie odpadami w gabinetach kosmetycznych, minimalizacja odpadów medycznych i kosmetycznych
- oszczędność zasobów- redukcja zużycia wody i energii podczas wykonywania zabiegów
- certyfikaty ekologiczne produktów i narzędzi kosmetycznych
- ekologiczne praktyki w prowadzeniu gabinetu kosmetycznego- utylizacja odpadów, stosowanie biodegradowalnych produktów.

II. Charakterystyka masażu klasycznego - zajęcia teoretyczne

III. Wskazania i przeciwwskazania do masażu klasycznego - zajęcia teoretyczne

- wybrane zagadnienia z zakresu dermatologii
- analiza skóry i dobór kosmetyków do masażu

IV. Wykonywanie masażu klasycznego - zajęcia praktyczne

- organizacja stanowiska pracy zgodnie z zasadami, ekologii, świadomej konsumpcji i bezpieczeństwa i higieny pracy
- dobieranie certyfikowanych kosmetyków do masażu (czytanie etykiet, EcoCert, Vegan, COSMOS, Cruelty Free itp.)
- INCI w praktyce - analiza składów, identyfikacja substancji niepożądanych (SLS, parabeny, silikonu).
- zielone kompetencje - analiza i ocena składu produktów, krytyczna ocena ekologiczności kosmetyków
- wykonywanie masażu klasycznego na modelach/modelkach z zastosowaniem naturalnych kosmetyków z zachowaniem zasad zrównoważonego rozwoju
- ćwiczenia w parach z komunikacji doradczej w zakresie prośrodowiskowej edukacji klienta

CERTYFIKACJA: absolwent szkolenia otrzymuje certyfikat:masażysta z elementami zrównoważonego rozwoju

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 16

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 16 Wprowadzenie do ekologii i zielonych kompetencji w branży beauty w oparciu o klasyfikację ESCO	Zajęcia	PAULINA BUJOCZEK	12-10-2026	08:00	12:00	04:00
2 z 16 -	Przerwa	-	12-10-2026	12:00	13:00	01:00
3 z 16 Charakterystyka masażu klasycznego - zajęcia teoretyczne	Zajęcia	PAULINA BUJOCZEK	12-10-2026	13:00	15:00	02:00
4 z 16 Wskazania i przeciwwskazania do masażu klasycznego	Zajęcia	PAULINA BUJOCZEK	13-10-2026	08:00	10:00	02:00
5 z 16 Wykonywanie masażu klasycznego - zajęcia praktyczne	Zajęcia	PAULINA BUJOCZEK	13-10-2026	10:00	12:00	02:00
6 z 16 -	Przerwa	-	13-10-2026	12:00	13:00	01:00
7 z 16 Wykonywanie masażu klasycznego - zajęcia praktyczne	Zajęcia	PAULINA BUJOCZEK	13-10-2026	13:00	15:00	02:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 16 Wykonywanie masażu klasycznego - zajęcia praktyczne	Zajęcia	PAULINA BUJOCZEK	14-10-2026	08:00	11:00	03:00
9 z 16 -	Przerwa	-	14-10-2026	11:00	12:00	01:00
10 z 16 Wykonywanie masażu klasycznego - zajęcia praktyczne	Zajęcia	PAULINA BUJOCZEK	14-10-2026	12:00	15:00	03:00
11 z 16 Wykonywanie masażu klasycznego - zajęcia praktyczne	Zajęcia	PAULINA BUJOCZEK	15-10-2026	08:00	11:00	03:00
12 z 16 -	Przerwa	-	15-10-2026	11:00	12:00	01:00
13 z 16 Wykonywanie masażu klasycznego - zajęcia praktyczne	Zajęcia	PAULINA BUJOCZEK	15-10-2026	12:00	15:00	03:00
14 z 16 Wykonywanie masażu klasycznego - zajęcia praktyczne	Zajęcia	PAULINA BUJOCZEK	16-10-2026	08:00	10:00	02:00
15 z 16 -	Przerwa	-	16-10-2026	10:00	10:30	00:30
16 z 16 -	Walidacja	-	16-10-2026	10:30	11:30	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	31:30
w tym suma godzin zajęć	26:00

Rodzaj godzin	Liczba godzin
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	04:30
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	36:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 200,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 200,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	165,08 PLN
Koszt osobogodziny netto	165,08 PLN
W tym koszt walidacji brutto	200,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	200,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	445,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	445,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	31:30

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



PAULINA BUJOCZEK

jest absolwentką policealnej szkoły w zakresie technik masażysta z elementami fizjoterapii 2022 oraz technik usług kosmetycznych 2024, ukończyła liczne kursy masażu, wizażu i kosmetyki, i posiada doświadczenie w prowadzeniu zajęć dydaktycznych, zarówno w szkole policealnej jak i w placówkach kształcenia ustawicznego od 2022 r.; posiada kwalifikacje i doświadczenie zawodowe nie starsze niż 5 lat

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały szkoleniowe w postaci skryptu szkoleniowego - opracowanie własne.

Sprzęt, materiały zużywalne, środki ochrony osobistej oraz modelki i modeli zapewnia dostawca usługi.

Warunki uczestnictwa

Aby uczestniczyć w szkoleniu konieczne jest posiadanie konta w bazie usług rozwojowych (BUR) i zapisanie się na usługę poprzez system BUR

Informacje dodatkowe

Szkolenie realizuje założenia polityki innowacyjnej woj. śląskiego, w tym RSI 2030 oraz PRT 2019–2030, przez wdrażanie zielonych kompetencji i ekoinnowacyjnych metod pracy. Uczestnicy rozwijają umiejętności zw. z odpowiedzialnym korzystaniem z materiałów, ograniczaniem odpadów, racjonalnym zużyciem energii i wody oraz stosowaniem ekologicznych preparatów, co wzmacnia profesjonalizm usług i ich zgodność z kierunkami rozwoju regionalnego. Szkolenie realizowane jest w godzinach dydaktycznych.

Usługa kończy się przeprowadzeniem walidacji efektów kształcenia i wydaniem zaświadczenia potwierdzającego udział w usłudze i certyfikatu potwierdzającego kwalifikacje.

Wynik walidacji zostanie podany w tym samym dniu po sporządzeniu raportu z walidacji.

Czas oczekiwania na certyfikat wynosi 1 dzień.

Adres

ul. Piownik 3
44-217 Rybnik
woj. śląskie

Centrum Szkoleniowo-Badawcze Amber Academy Prywatna Szkoła Grzegorz Ambroży
44-217 Rybnik ul. Piownik 3 I piętro

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



MAŁGORZATA GLENC-AMBROŻY

E-mail amber.szkolenia@gmail.com

Telefon (+48) 691 663 539