



KOSMETOLOGIA
PROFESJONALNA
KAROLINA
MATURSKA

★★★★★ 4,9 / 5
155 ocen

Podstawowe techniki manualne i narzędziowe w pielęgnacji twarzy, szyi i dekoltu (masaż drenujący, pałeczki, kule lodowe, pędzelki) – szkolenie zakończone kwalifikacją z Kariną Zontek

Numer usługi 2026/08/24/178583/3763286

- 📍 Międzyrzecze Górne
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📄 stacjonarna
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 16:00 h
- 📅 08.10.2026 do 16.10.2026

5 190,60 PLN brutto
4 220,00 PLN netto
324,41 PLN brutto/h
263,75 PLN netto/h
226,67 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Styl życia / Uroda

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do dorosłych osób indywidualnych, które z własnej inicjatywy chcą zdobyć lub rozwinąć kompetencje w zakresie podstawowych technik manualnych i narzędziowych stosowanych w pielęgnacji twarzy, szyi i dekoltu oraz wykorzystać je w obecnej lub przyszłej pracy zawodowej, w szczególności w branży beauty, kosmetycznej, wellness lub masażu. Uczestnikami mogą być osoby początkujące, planujące rozpoczęcie pracy w tych obszarach, a także osoby już świadczące usługi kosmetyczne lub pielęgnacyjne, które chcą rozszerzyć zakres oferowanych usług. Do udziału w szkoleniu nie jest wymagane wcześniejsze doświadczenie zawodowe ani znajomość technik objętych programem. Szkolenie rozpoczyna się od podstaw teoretycznych i praktycznych niezbędnych do osiągnięcia założonych efektów uczenia się.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

4

Data zakończenia rekrutacji

07-10-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Znak Jakości TGLS Quality Alliance

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje Uczestnika do samodzielnego wykonywania podstawowych technik manualnych i narzędziowych w pielęgnacji twarzy, szyi i dekoltu, w tym masażu drenującego oraz masażu z wykorzystaniem pałeczek, kul lodowych i pędzelków. Uczestnik będzie przygotowany do kwalifikacji klienta, doboru odpowiedniej techniki oraz bezpiecznego wykonywania procedur z zachowaniem zasad higieny i ergonomii pracy.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje zasady bezpiecznego wykonywania zabiegów manualnych i narzędziowych w obrębie twarzy, szyi i dekoltu	omawia zasady higieny, przygotowania stanowiska i ergonomii pracy	Test teoretyczny
	rozdziela wskazania i przeciwwskazania do wykonywania technik objętych szkoleniem	Test teoretyczny
	charakteryzuje podstawowe struktury anatomiczne istotne dla masażu, w tym mięśnie, węzły chłonne i kierunki przepływu limfy	Test teoretyczny
	charakteryzuje zasady i kierunki wykonywania podstawowych ruchów drenujących	Test teoretyczny
Charakteryzuje podstawowe techniki manualne i narzędziowe stosowane w pielęgnacji twarzy, szyi i dekoltu	rozdziela zastosowanie pałeczek bambusowych i metalowych, kul lodowych oraz pędzelków	Test teoretyczny
	omawia zasady doboru poszczególnych technik do celu wykonywanej procedury	Test teoretyczny
Wykonuje podstawowy masaż drenujący twarzy, szyi i dekoltu	wykonuje ruchy drenujące z zachowaniem prawidłowego kierunku i kolejności	Analiza dowodów i deklaracji
	dostosowuje siłę ucisku i tempo ruchów do obszaru zabiegowego	Analiza dowodów i deklaracji
	wykonuje podstawową procedurę masażu drenującego twarzy, szyi i dekoltu	Analiza dowodów i deklaracji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje masaż twarzy, szyi i dekoltu z wykorzystaniem pałeczek	operuje pałeczkami z zachowaniem prawidłowego chwytu i ergonomii pracy	Analiza dowodów i deklaracji
	prowadzi pałeczki zgodnie z przebiegiem opracowywanego obszaru i kontroluje siłę nacisku	Analiza dowodów i deklaracji
	wykonuje podstawową procedurę masażu pałeczkami ukierunkowaną na rozluźnienie mięśni	Analiza dowodów i deklaracji
Stosuje kule lodowe i pędzelki w procedurze pielęgnacyjno-relaksacyjnej twarzy, szyi i dekoltu	wykonuje techniki z wykorzystaniem kul lodowych, zachowując prawidłowy sposób i czas kontaktu ze skórą	Analiza dowodów i deklaracji
	wykonuje płynne techniki relaksacyjne z wykorzystaniem pędzelków	Analiza dowodów i deklaracji
	łączy poznane techniki manualne i narzędziowe w uporządkowaną procedurę zabiegową	Analiza dowodów i deklaracji
	stosuje zasady komunikacji interpersonalnej z klientem podczas przygotowania i wykonywania procedury	Analiza dowodów i deklaracji
	respektuje komfort, prywatność i granice klienta podczas wykonywania czynności zabiegowych	Analiza dowodów i deklaracji
	ocenia zakres własnych kompetencji i identyfikuje sytuacje wymagające odstąpienia od wykonania procedury	Analiza dowodów i deklaracji
Komunikuje się z klientem i przestrzega zasad profesjonalnego postępowania podczas wykonywania procedur pielęgnacyjnych		

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

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

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://standardgccs.com/gccs-icvc/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://icvc.eu/kwalifikacje-icvc/>

Informacje

Program

PROGRAM

TERMIN SZKOLENIA: 08.10-09.10.2026 (+ 7 DNI czas oczekiwania na certyfikację)

Czas trwania szkolenia: **16 godzin zegarowych**

w tym:

część teoretyczna – 3 godz 45 min

część praktyczna – 9 godz 30 min

przerwy: 1 dnia- 75 min, 2 dnia 60 min - łącznie 2 godz 15 min

walidacja trwa: 30 min

Usługa realizowana jest w godzinach zegarowych. Przerwy wliczają się w czas trwania szkolenia

Szkolenie odbywa się czasowo według harmonogramu jednak z uwagi na różne tempo pracy kursantów możliwe są minimalne przesunięcia.

Szkolenie prowadzi do nabycia kwalifikacji zawodowej: SPECJALISTA DS. GABINETOWYCH ZABIEGÓW
PIELĘGNACYJNYCH/KOSMETOLOGICZNYCH TWARZY

Uczestnik po pozytywnie zaliczonej walidacji otrzymuje certyfikat

Certyfikat potwierdzający nabycie kwalifikacji wydawany jest uczestnikowi do 7 dni roboczych od zakończenia walidacji.

Certyfikat wydawany jest w terminie maksymalnie do 7 dni roboczych od dnia zakończenia walidacji (certyfikat może zostać wydany wcześniej, jednak co do zasady podmiot zewnętrzny ma na to maksymalnie 7 dni roboczych)

Warunki osiągnięcia celu edukacyjnego

Dla osiągnięcia celu edukacyjnego uczestnik powinien być osobą dorosłą, zainteresowaną zdobyciem lub rozwinięciem kompetencji w zakresie pielęgnacji twarzy, szyi i dekoltu, z zamiarem wykorzystania ich w obecnej lub przyszłej pracy w branży beauty, kosmetycznej, wellness lub masażu. Szkolenie jest odpowiednie dla osób początkujących i nie wymaga wcześniejszego doświadczenia zawodowego ani znajomości technik objętych programem.

Warunki organizacyjne

- Szkolenie realizowane w formie stacjonarnej.
- Szkolenie odbywa się w niewielkich grupach: maksymalnie od 2 do 4 osób
- Zajęcia obejmują część teoretyczną oraz praktyczną.
- Uczestnicy mają zapewniony dostęp do stanowisk umożliwiających wykonywanie technik manualnych i narzędziowych oraz do materiałów i narzędzi niezbędnych do realizacji programu, w tym pałeczek bambusowych i metalowych, kul lodowych oraz pędzelków.
- Liczba stanowisk i modelek jest dostosowana do liczby uczestników w sposób umożliwiający każdemu uczestnikowi samodzielne wykonywanie zadań praktycznych.
- Część praktyczna odbywa się z wykorzystaniem modelek oraz w zakresie wskazanym w programie również w formie ćwiczeń w parach
- Praktyczne wykonywanie procedur odbywa się pod nadzorem trenera

Organizator zapewnia:

- wszystkie produkty, narzędzia i akcesoria niezbędne do realizacji części praktycznej szkolenia,
- materiały szkoleniowe dla uczestników: skrypt szkoleniowy w formie papierowej książki, długopis i notatnik,
- Zapewnione są wszystkie produkty, narzędzia i materiały niezbędne do realizacji części praktycznej, w tym pałeczki bambusowe i metalowe, kule lodowe, pędzelki do masażu, preparaty do masażu i pielęgnacji skóry, środki do oczyszczania i dezynfekcji oraz materiały jednorazowe. Uczestnik powinien posiadać fartuch kosmetyczny lub podkoszulkę odpowiednią do pracy podczas części praktycznej szkolenia.
- Modelki do części praktycznej organizuje osoba prowadząca szkolenie. Uczestnicy wykonują na modelkach masaże drenażowy oraz techniki z wykorzystaniem pałeczek, kul lodowych i pędzelków, pod nadzorem instruktora i po wykluczeniu przeciwwskazań
- Bieżące wsparcie instruktora podczas części praktycznej, w tym w zakresie kwalifikacji klienta, doboru technik oraz bezpiecznego wykonywania masażu drenażowego i pracy z pałeczkami, kulami lodowymi oraz pędzelkami.

Proces walidacji uczestników:

Walidacja uczestników jest niezależna od procesu szkoleniowego. Osoba prowadząca szkolenie nie bierze udziału w ocenie swoich kursantów w zakresie, którego nauczała. Końcową walidację przeprowadza niezależny egzaminator (podmiot zewnętrzny). Wynik przeprowadzonej walidacji jest ogłaszany od razu po zakończeniu szkolenia. Walidacja efektów uczenia się odbywa się w ostatnim dniu szkolenia i stanowi integralną część usługi.

Walidacja podzielona jest na 2 etapy:

Walidacja części teoretycznej: Test teoretyczny (minimalny próg zaliczenia to 75%)

Walidacja części praktycznej: Polega na analizie dowodów i deklaracji przygotowanych przez uczestnika. . Walidator nie uczestniczy w gromadzeniu dowodów i deklaracji – zostaje włączony dopiero na etapie ich analizy.

Zakres tematyczny szkolenia:

Dzień 1

BHP, kwalifikacja klienta i podstawy anatomii – część teoretyczna

- zasady higieny, bezpieczeństwa i ergonomii pracy;
- wywiad z klientem i dokumentacja;
- wskazania i przeciwwskazania do masażu twarzy, szyi i dekoltu;
- podstawy anatomii mięśni twarzy, szyi i dekoltu;
- podstawy układu limfatycznego, lokalizacja węzłów chłonnych i kierunki przepływu limfy.

Masaż drenażowy i masaż pałeczkami – część teoretyczna

- zasady wykonywania masażu drenażowego;
- kierunki i techniki odprowadzania limfy;
- zastosowanie masażu drenażowego w redukcji opuchlizny;
- rodzaje pałeczek bambusowych i metalowych oraz zasady ich stosowania;
- zastosowanie pałeczek w rozluźnianiu napięć mięśniowych.

Kule lodowe i masaż pędzelkami – część teoretyczna

- działanie zimna na skórę i naczynia krwionośne;
- zasady bezpiecznego stosowania kul lodowych;
- zastosowanie kul lodowych w pielęgnacji skóry;
- zastosowanie pędzelków w technikach relaksacyjnych.

Masaż drenażowy twarzy, szyi i dekoltu – część praktyczna

- przygotowanie stanowiska pracy i modelki;
- lokalizacja węzłów chłonnych i wyznaczanie kierunków ruchów;
- nauka podstawowych ruchów drenażowych;
- dobór siły ucisku i tempa pracy;
- trening płynności i prawidłowej kolejności ruchów;
- samodzielne wykonanie podstawowej procedury masażu drenażowego na modelce.

Dzień 2

Masaż pałeczkami – część praktyczna

- przygotowanie modelki i narzędzi;
- prawidłowy chwyt pałeczek bambusowych i metalowych;
- ergonomia pracy z narzędziami;
- prowadzenie pałeczek po obszarze twarzy, szyi i dekolту;
- techniki rozluźniające mięśnie;
- kontrola kierunku ruchów i siły nacisku;
- samodzielne wykonanie podstawowej procedury masażu pałeczkami na modelce.

Masaż kulami lodowymi – część praktyczna

- przygotowanie kul lodowych i skóry modelki;
- zasady bezpiecznej pracy z kulami lodowymi;
- wykonywanie ruchów kojących i chłodzących;
- zastosowanie kul lodowych w procedurze pielęgnacyjnej twarzy, szyi i dekolту.

Masaż pędzelkami – część praktyczna

- przygotowanie pędzelków do pracy;
- techniki prowadzenia pędzelków po twarzy, szyi i dekolcie;
- trening płynnego i relaksującego dotyku;
- zastosowanie pędzelków jako elementu kończącego procedurę.

Łączenie technik manualnych i narzędziowych – część praktyczna

- dobór i kolejność poznanych technik;
- łączenie masażu drenującego, pałeczek, kul lodowych i pędzelków;
- samodzielne wykonanie podstawowej procedury manualno-narzędziowej na modelce.

Walidacja efektów uczenia się

- test teoretyczny
- analiza dowodów i deklaracji

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 16

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 16 Część teoretyczna - BHP, kwalifikacja klienta i podstawy anatomii	Zajęcia	KARINA ZONTEK	08-10-2026	08:00	09:30	01:30
2 z 16 -	Przerwa	-	08-10-2026	09:30	09:45	00:15
3 z 16 Część teoretyczna - Masaż drenujący i masaż pałeczkami	Zajęcia	KARINA ZONTEK	08-10-2026	09:45	11:15	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
4 z 16 Część teoretyczna - Kule lodowe i masaże pędzelkami	Zajęcia	KARINA ZONTEK	08-10-2026	11:15	12:00	00:45
5 z 16 -	Przerwa	-	08-10-2026	12:00	12:45	00:45
6 z 16 Część praktyczna - Masaż drenujący – techniki podstawowe	Zajęcia	KARINA ZONTEK	08-10-2026	12:45	14:30	01:45
7 z 16 -	Przerwa	-	08-10-2026	14:30	14:45	00:15
8 z 16 Część praktyczna - Masaż drenujący – wykonanie procedury	Zajęcia	KARINA ZONTEK	08-10-2026	14:45	16:00	01:15
9 z 16 Część praktyczna - Masaż pałeczkami – techniki podstawowe	Zajęcia	KARINA ZONTEK	09-10-2026	08:00	09:30	01:30
10 z 16 -	Przerwa	-	09-10-2026	09:30	09:45	00:15
11 z 16 Część praktyczna - Masaż pałeczkami – rozluźnianie mięśni	Zajęcia	KARINA ZONTEK	09-10-2026	09:45	11:45	02:00
12 z 16 -	Przerwa	-	09-10-2026	11:45	12:15	00:30
13 z 16 Część praktyczna - Masaż kulami lodowymi	Zajęcia	KARINA ZONTEK	09-10-2026	12:15	13:45	01:30
14 z 16 -	Przerwa	-	09-10-2026	13:45	14:00	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
15 z 16 Część praktyczna - Masaż pędzelkami i łączenie technik	Zajęcia	KARINA ZONTEK	09-10-2026	14:00	15:30	01:30
16 z 16 -	Walidacja	-	09-10-2026	15:30	16:00	00:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00
w tym suma godzin zajęć	13:15
w tym suma godzin walidacji	00:30
w tym suma przerw	02:15
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:15

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, jeśli 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	5 190,60 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 220,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	324,41 PLN

Koszt osobogodziny netto	263,75 PLN
W tym koszt walidacji brutto	80,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	65,04 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	170,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	138,21 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	16:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

KARINA ZONTEK

Trenerka z 10-letnim doświadczeniem w branży beauty, specjalizująca się w terapiach manualnych, masażach oraz zabiegach kosmetycznych i pielęgnacyjnych. W latach 2022–2026 aktywnie rozwijała doświadczenie zawodowe i szkoleniowe w zakresie profesjonalnej pielęgnacji, technik manualnych i masażu, prowadząc szkolenia oraz pracując praktycznie w obszarze zabiegów kosmetycznych. Doświadczenie szkoleniowe zdobywała również we współpracy z firmami kosmetycznymi, szkoląc uczestników z zakresu profesjonalnej pielęgnacji i masażu. W pracy edukacyjnej koncentruje się na praktycznej nauce technik, pracy na modelkach, precyzji wykonania oraz bezpiecznym stosowaniu procedur. Osoba prowadząca usługę ma kwalifikacje / doświadczenie zgodne z tematyką usługi zdobyte w ostatnich 5 latach przed publikacją usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują materiały dydaktyczne: skrypt szkoleniowy w formie papierowej książki, długopis i notatnik, przekazywane na początku szkolenia.

Zapewnione są wszystkie produkty, narzędzia i materiały niezbędne do realizacji części praktycznej, w tym pałeczki bambusowe i metalowe, kule lodowe, pędzelki do masażu, preparaty do masażu i pielęgnacji skóry, środki do oczyszczania i dezynfekcji oraz materiały jednorazowe. Uczestnik powinien posiadać fartuch kosmetyczny lub podkoszulkę odpowiednią do pracy podczas części praktycznej szkolenia.

Po pozytywnym zaliczeniu walidacji uczestnicy otrzymują certyfikat, a po zakończeniu szkolenia zaświadczenie o jego ukończeniu.

Modelki organizuje osoba prowadząca szkolenie, z uwzględnieniem rodzaju zabiegu i przeciwwskazań.

Materiały są zgodne ze Standardami dostępności 2021–2027 – mają czytelny układ, wysoki kontrast, podpisane grafiki i prosty język.

Warunki uczestnictwa

Dostawca usługi zapewnia realizację usługi rozwojowej uwzględniając potrzeby osób ze szczególnymi potrzebami funkcjonalnymi, zgodnie ze Standardami dostępności dla polityki spójności 2021-2027. Zatem uczestnik powinien na co najmniej 7 dni kalendarzowych przed terminem rozpoczęcia realizacji usługi zgłosić Organizatorowi dodatkowe wymagania / szczególne potrzeby umożliwiające mu udział w usłudze.

Przed zapisem na usługę konieczny jest kontakt telefoniczny uczestnika z dostawcą usług w celu sprawdzenia dostępności miejsca we wskazanym terminie

Warunkiem uczestnictwa jest zarejestrowanie się i założenie konta w Bazie Usług Rozwojowych, zapisanie się na szkolenie za pośrednictwem Bazy oraz spełnienie wszystkich warunków określonych przez Operatora, do którego składają Państwo dokumenty o dofinansowanie.

Uczestnik ma obowiązek zapisania się na usługę przez BUR co najmniej na 1 dzień przed rozpoczęciem realizacji usługi

Informacje dodatkowe

Walidacja jest wliczona w cenę usługi.

Warunkiem uzyskania zaświadczenia jest uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć usługi rozwojowej

Karta niniejszej usługi rozwojowej została przygotowana zgodnie z obowiązującym Regulaminem Bazy Usług Rozwojowych

Podstawa prawna zwolnienia z podatku VAT: Usługa zwolniona z VAT na podstawie §3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz.U.2013 poz. 1722 z późniejszymi zmianami) -jeśli uczestnik korzysta z dofinansowania w wysokości co najmniej 70% przysługuje zwolnienie z podatku VAT

Zapisując się na usługę wyrażasz zgodę na rejestrowanie/nagrywanie swojego wizerunku na potrzeby monitoringu, kontroli oraz w celu utrwalenia efektów uczenia się.

Adres

Międzyrzecze Górne 609
43-392 Międzyrzecze Górne
woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



KAROLINA MATURSKA

E-mail k.maturska@wp.pl

Telefon (+48) 517 262 179