



Centrum Medyczne
Holy Healthy
Katarzyna
Balawejder

★★★★★ 4,9 / 5

39 ocen

Masaż Kobido - „niechirurgiczny lifting bez skalpela”

Numer usługi 2026/08/26/165944/3768232

📍 Kraków

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👤 Zajęcia indywidualne

🕒 21:00 h

📅 28.09.2026 do 30.09.2026

3 000,00 PLN brutto

3 000,00 PLN netto

142,86 PLN brutto/h

142,86 PLN netto/h

226,67 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Uroda
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest do osób zainteresowanych zdobyciem lub rozwinięciem kompetencji w zakresie masażu i naturalnych technik modelowania twarzy, w szczególności do masażystów, kosmetologów, kosmetyczek, terapeutów manualnych, fizjoterapeutów oraz osób pracujących w branży beauty i wellness. Szkolenie przeznaczone jest zarówno dla osób posiadających doświadczenie zawodowe, jak i osób chcących poszerzyć kwalifikacje o techniki liftingu japońskiego.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	1
Data zakończenia rekrutacji	27-08-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Celem edukacyjnym szkolenia jest nabycie przez uczestnika wiedzy i umiejętności w zakresie bezpiecznego wykonywania liftingującego masażu twarzy. Uczestnik pozna anatomię twarzy, wskazania i przeciwwskazania, zasady BHP oraz nauczy się rozpoznawać potrzeby klienta, dobierać techniki do problemów estetycznych i prawidłowo

wykonywać etapy zabiegu: relaksację, drenaż limfatyczny, fazę liftingująco-intensywną oraz akupresurę. Rozwinie również umiejętności manualne i komunikację z klientem.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje etapy procedury zabiegowej oraz rozpoznaje wskazania, przeciwwskazania i potrzeby klienta.	Opisuje etapy zabiegu oraz wskazania i przeciwwskazania do jego wykonania	Test teoretyczny
Rozpoznaje czynniki wpływające na kondycję skóry twarzy i jej okolic.	Wskazuje czynniki wpływające na stan skóry oraz uzasadnia ich znaczenie.	Test teoretyczny
Stosuje prawidłowe techniki palpacji i pracy manualnej podczas zabiegu.	Prezentuje prawidłowy sposób pracy dłoni oraz technikę dotyku.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Dobiera odpowiednią technikę zabiegową do potrzeb klienta i wykonuje zabieg zgodnie z procedurą.	Dobiera technikę do problemu klienta i wykonuje zabieg zgodnie z procedurą	Obserwacja w warunkach symulowanych
Przekazuje klientowi zalecenia pozabiegowe.	Udziela prawidłowych zaleceń pozabiegowych dostosowanych do wykonanego zabiegu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Komunikuje się z klientem zgodnie z zasadami profesjonalnej obsługi.	Przeprowadza rozmowę z klientem, przekazuje informacje o zabiegu i odpowiada na pytania.	Wywiad swobodny

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

MODUŁ 1 PODSTAWY

- BHP i higiena pracy masażysty
- Wskazania i przeciwwskazania do masażu
- Przygotowanie stanowiska pracy
- Komunikacja z klientem

MODUŁ 2 ANATOMIA TWARZY

- Wielopoziomowa płaszczyzna (układ kostny, mięśniowy, nerwowy, tkanka łączna („tkanka kształtna” czyli powięzi)
- Starzenie się twarzy
- Zmiany i procesy zachodzące w tkankach – jak starzeje się twarz

MODUŁ 3 DOTYK

- Subtelna praca na strukturach.
- Jak należy dotykać twarz, czuć i rozumieć tkanki.
- Dłoń jako narzędzie pracy – jak rozwijać zdolności manualne

MODUŁ 4 TECHNIKI

- Dobór technik do problemów estetycznych i zdrowotnych
- Rola zabiegów pielęgnacyjnych i terapii naturalnych w odmładzaniu oraz profilaktyce anti aging
- Procedura zabiegowa liftingu japońskiego – wskazania, przeciwwskazania, zasady wykonania, przebieg

MODUŁ 5 ETAPY ZABIEGU I ICH WYKONANIE

- Relaks i rozluźnienie: Delikatny wstęp ma na celu wyciszenie układu nerwowego i rozluźnienie spiętych powięzi.
- Drenaż limfatyczny: Szybkie i płynne ruchy pomagają usunąć obrzęki oraz opuchliznę z twarzy.
- Faza liftingująco-intensywna: Najbardziej dynamiczna część, w której masażysta pracuje głęboko na tkankach i mięśniach, modelując owal twarzy.
- Akupresura: Uciskanie konkretnych punktów na twarzy w celu przywrócenia równowagi energetycznej.

Szkolenie realizowane jest w formie stacjonarnej i trwa 21 godzin – 1 godzina = 60 minut.

W czasie realizacji usługi przewidziane są przerwy, które **wliczają się do czasu trwania szkolenia.**

Walidacja efektów uczenia się przeprowadzana jest po zakończeniu całej usługi szkoleniowej.

Walidacja realizowana jest przez osobę pełniącą funkcję walidatora, niezależną od osoby prowadzącej zajęcia dydaktyczne.

Proces walidacji obejmuje:

- przeprowadzenie **testu teoretycznego** sprawdzającego wiedzę uczestnika z zakresu anatomii twarzy, wskazań i przeciwwskazań do masażu, zasad BHP, etapów procedury oraz doboru technik do potrzeb klienta,
- przeprowadzenie **obserwacji w warunkach symulowanych**, podczas której walidator ocenia prawidłowość wykonywania przez uczestnika technik masażu, sposób pracy dłonią, dobór technik oraz realizację poszczególnych etapów zabiegu,
- ocenę umiejętności uczestnika w zakresie **przekazywania zaleceń pozabiegowych oraz profesjonalnej komunikacji z klientem**,
- ocenę osiągnięcia efektów uczenia się zgodnie z kryteriami weryfikacji określonymi w Karcie Usługi.

Walidacja ma na celu potwierdzenie osiągnięcia przez uczestnika efektów uczenia się określonych w programie szkolenia.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 16

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 16 PODSTAWY	Zajęcia	Natalia Płaszewska	28-09-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 16 -	Przerwa	-	28-09-2026	11:00	11:30	00:30
3 z 16 ANATOMIA TWARZY układ kostny, mięśniowy, nerwowy, tkanka łączna, „tkanka kształtna” czyli powięzi	Zajęcia	Natalia Płaszewska	28-09-2026	11:30	14:00	02:30
4 z 16 -	Przerwa	-	28-09-2026	14:00	14:30	00:30
5 z 16 Starzenie się twarzy, zmiany i procesy zachodzące w tkankach.	Zajęcia	Natalia Płaszewska	28-09-2026	14:30	16:00	01:30
6 z 16 Dotyk twarzy, czucie i rozumienie tkanek	Zajęcia	Natalia Płaszewska	29-09-2026	10:00	12:00	02:00
7 z 16 -	Przerwa	-	29-09-2026	12:00	12:30	00:30
8 z 16 Rola masażu w odmładzaniu oraz profilaktyce anti aging oraz dobór technik.	Zajęcia	Natalia Płaszewska	29-09-2026	12:30	14:00	01:30
9 z 16 -	Przerwa	-	29-09-2026	14:00	14:30	00:30
10 z 16 Praca odpowiednimi technikami	Zajęcia	Natalia Płaszewska	29-09-2026	14:30	16:00	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
11 z 16 Procedura zabiegowa liftingu japońskiego – wskazania, przeciwwskazania, zasady wykonania, przebieg	Zajęcia	Natalia Płaszewska	30-09-2026	09:00	11:00	02:00
12 z 16 -	Przerwa	-	30-09-2026	11:00	11:30	00:30
13 z 16 Relaks i rozluźnienie oraz drenaż limfatyczny	Zajęcia	Natalia Płaszewska	30-09-2026	11:30	13:30	02:00
14 z 16 Faza liftingująco-intensywna i akupresura	Zajęcia	Natalia Płaszewska	30-09-2026	13:30	15:30	02:00
15 z 16 -	Przerwa	-	30-09-2026	15:30	16:00	00:30
16 z 16 -	Walidacja	-	30-09-2026	16:00	17:00	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	21:00
w tym suma godzin zajęć	17:00
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	03:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	24:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
-------------	------

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 000,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 000,00 PLN
--	--------------

Koszt osobogodziny brutto	142,86 PLN
---------------------------	------------

Koszt osobogodziny netto	142,86 PLN
--------------------------	------------

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	21:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Natalia Płaszewska

Doświadczenie branżowe
Kosmolog i zabiegowiec z kilkuletnim doświadczeniem w pracy w branży beauty. Specjalizuje się w pielęgnacji skóry oraz w zabiegach z zakresu kosmologii estetycznej. W 2022 roku uzyskała certyfikat „Kosmetologia – Specjalista ds. Kosmetyki i Pielęgnacji Skóry”, a w 2024 roku ukończyła szkolenie z zastosowaniem kwasu hialuronowego w medycynie estetycznej. Posiada również licencjat z kosmetyki (2014). Na co dzień aktywnie pracuje z klientami, łącząc praktykę zawodową z działalnością szkoleniową.

Doświadczenie w zakresie szkoleń i weryfikacji umiejętności
Od kilku lat prowadzi szkolenia z zakresu kosmologii, podczas których przekazuje wiedzę teoretyczną i praktyczną w przystępny sposób. Jako szkoleniowiec wyróżnia się indywidualnym podejściem do uczestników oraz dużą dbałością o poprawność wykonywanych technik. Odpowiada za weryfikację nabytych umiejętności poprzez ocenę prac praktycznych i udzielanie szczegółowych wskazówek. Doświadczenie zawodowe i kwalifikacje zdobyte nie wcześniej niż 5 lat.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik przed szkoleniem otrzymuje skrypt szkoleniowy drogą mailową, aby mógł się zapoznać z materiałem przed szkoleniem. W dniu szkolenia otrzymuje skrypt w formie papierowej od instruktora.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uczestnictwa w usłudze jest zgłoszenie się za pośrednictwem Bazy Usług Rozwojowych (BUR) na podstawie numeru ID usługi oraz uzyskanie akceptacji operatora. Akceptacja niniejszej karty usługi przez operatora jest warunkiem koniecznym przed zapisaniem się na usługę w systemie BUR.

Dodatkowo uczestnictwo w szkoleniu wymaga wcześniejszego kontaktu z usługodawcą prowadzącym szkolenie – telefonicznie lub mailowo – w celu potwierdzenia dostępności miejsc oraz ustalenia szczegółów organizacyjnych.

Informacje dodatkowe

Przed zapisem na szkolenie prosimy o kontakt telefoniczny lub mailowy w celu sprawdzenia dostępności wolnych miejsc.

Cena nie zawiera kosztów wyżywienia, noclegu i transportu.

Dla podmiotów uczestniczących w usłudze, które otrzymają dofinansowanie min 70%, koszt szkolenia jest zwolniony z podatku VAT (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Finansów z dnia 20.12.2013r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień § 3 ust. 1 pkt 14).

Adres

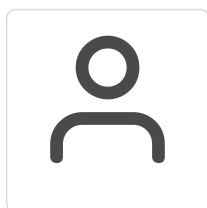
ul. Dąbrowskiego 10
30-532 Kraków
woj. małopolskie

Centrum Medyczne Holy Healthy, ul. Dąbrowskiego 10, 30-532 Kraków

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Katarzyna Balawejder

E-mail kasia.smielowska@gmail.com

Telefon (+48) 735 388 183