



CENTRUM
INNOWACYJNYCH
ROZWIĄZAŃ
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5

34 oceny

Masaż Kobido. Ekologiczne podejście i Zielone Kompetencje w praktyce (kwalifikacje).BB

Numer usługi 2026/09/10/201147/3801957

📍 Katowice

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👤 Zajęcia indywidualne

🕒 16:00 h

📅 28.10.2026 do 19.11.2026

5 289,00 PLN brutto

4 300,00 PLN netto

330,56 PLN brutto/h

268,75 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do:

- **Nowych pracowników salonów kosmetycznych:** Osób, które planują rozpocząć pracę w branży kosmetycznej i chcą zdobyć umiejętności w zakresie ekologicznych zabiegów kosmetycznych
- **Doświadczonych kosmetyczek i kosmetologów:** Profesjonalistów, którzy pragną zaktualizować swoje umiejętności i wdrożyć ekologiczne praktyki w swojej codziennej pracy.
- **Osób zainteresowanych ekologicznymi trendami w kosmetyce:** Każdego, kto jest zainteresowany wprowadzeniem zielonych praktyk w branży kosmetycznej i chce poznać nowoczesne, ekologiczne techniki zabiegowe.
- **Wszystkie osoby zainteresowane ochroną środowiska w branży beauty**

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

1

Data zakończenia rekrutacji

23-10-2026

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

Usługa przygotowuje do samodzielnego wykonywania masażu Kobido poprzez dobieranie technik do potrzeb klienta, wykonywanie zabiegu zgodnie z procedurą oraz prowadzenie dokumentacji w formie cyfrowej. Uczestnicy wykorzystują rozwiązania wspierające organizację pracy, stosują ekologiczne produkty oraz wdrażają praktyki ograniczające zużycie materiałów, energii i wody, a także zasady efektywnego gospodarowania odpadami zgodnie z założeniami zielonej gospodarki.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje budowę anatomiczną twarzy, fizjologię skóry oraz zasady wykonywania masażu Kobido	rozdzieli główne partie mięśni twarzy,	Test teoretyczny
	opisuje funkcję układu limfatycznego,	Test teoretyczny
	wyjaśnia wpływ masażu na skórę i tkanki,	Test teoretyczny
	rozdzieli podstawowe techniki masażu Kobido,	Test teoretyczny
	wskazuje kolejność głównych etapów zabiegu.	Test teoretyczny
Rozpoznaje wskazania i przeciwwskazania oraz planuje zabieg odpowiednio do potrzeb klienta.	rozdzieli wskazania oraz przeciwwskazania względne i bezwzględne,	Analiza dowodów i deklaracji
	pozyskuje informacje o stanie i oczekiwaniach klienta,	Analiza dowodów i deklaracji
	określa cel zabiegu,	Analiza dowodów i deklaracji
	dobiera techniki do indywidualnych potrzeb,	Analiza dowodów i deklaracji
	uzasadnia przyjęty sposób wykonania zabiegu.	Analiza dowodów i deklaracji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Przygotowuje klienta i stanowisko do bezpiecznego wykonania masażu.	przygotowuje stanowisko zgodnie z zasadami higieny i BHP,	Analiza dowodów i deklaracji
	dobiera odpowiednie preparaty i akcesoria,	Analiza dowodów i deklaracji
	przeprowadza przygotowanie skóry,	Analiza dowodów i deklaracji
	stosuje zasady dezynfekcji,	Analiza dowodów i deklaracji
	organizuje stanowisko w sposób ergonomiczny i bezpieczny.	Analiza dowodów i deklaracji
	wykonuje ruchy w prawidłowym kierunku i kolejności,	Analiza dowodów i deklaracji
	stosuje masaż tkanek głębokich,	Analiza dowodów i deklaracji
Wykonuje masaż Kobido zgodnie z właściwą techniką i kolejnością etapów.	wykonuje drenaż limfatyczny,	Analiza dowodów i deklaracji
	stosuje techniki liftingujące, relaksacyjne i elementy akupresury,	Analiza dowodów i deklaracji
	utrzymuje prawidłowy rytm, płynność i symetrię pracy,	Analiza dowodów i deklaracji
	dostosowuje siłę nacisku do reakcji klienta,	Analiza dowodów i deklaracji
	ocenia jakość wykonanego zabiegu.	Analiza dowodów i deklaracji
Organizuje pracę w sposób ograniczający zużycie zasobów i wpływ usługi na środowisko.	racjonalnie dozuje preparaty,	Analiza dowodów i deklaracji
	ogranicza zużycie materiałów jednorazowych z zachowaniem wymogów higienicznych,	Analiza dowodów i deklaracji
	dobiera materiały wielokrotnego użytku i biodegradowalne,	Analiza dowodów i deklaracji
	ogranicza zużycie wody i energii,	Analiza dowodów i deklaracji
	prawidłowo segreguje i gospodaruje odpadami,	Analiza dowodów i deklaracji
	organizuje stanowisko w sposób ograniczający straty materiałowe.	Analiza dowodów i deklaracji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wyjaśnia zasady zielonego i zasobooszczędnego prowadzenia gabinetu.	rozdziela rozwiązania ograniczające zużycie wody, energii i materiałów,	Test teoretyczny
	wskazuje zasady minimalizowania ilości odpadów,	Test teoretyczny
	wyjaśnia znaczenie produktów wielorazowych i biodegradowalnych,	Test teoretyczny
	wskazuje działania wspierające zrównoważone gospodarowanie zasobami,	Test teoretyczny
	rozpoznaje rozwiązania służące ograniczaniu wpływu działalności gabinetu na środowisko.	Test teoretyczny
Komunikuje się z klientem i przyjmuje odpowiedzialność za wykonywane działania zawodowe.	prowdzi komunikację z uwzględnieniem potrzeb i granic klienta,	Analiza dowodów i deklaracji
	przekazuje klientowi informacje dotyczące przebiegu i zaleceń pozabiegowych,	Analiza dowodów i deklaracji
	reaguje na informacje zwrotne i reakcje klienta,	Analiza dowodów i deklaracji
	dostosowuje sposób działania do zmieniającej się sytuacji podczas zabiegu,	Analiza dowodów i deklaracji
	przyjmuje odpowiedzialność za jakość, bezpieczeństwo i skutki wykonywanych czynności.	Analiza dowodów i deklaracji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Stosuje zielone kompetencje w praktyce zawodowej masażysty.	dobiera rozwiązania ograniczające zużycie zasobów podczas zabiegu,	Analiza dowodów i deklaracji
	uzasadnia wybór produktów i materiałów z uwzględnieniem ich wpływu na środowisko,	Analiza dowodów i deklaracji
	stosuje zasady ograniczania i segregowania odpadów,	Analiza dowodów i deklaracji
	wykorzystuje energooszczędne rozwiązania podczas organizacji stanowiska,	Analiza dowodów i deklaracji
	informuje klienta o stosowanych rozwiązaniach proekologicznych,	Analiza dowodów i deklaracji
	deklaruje możliwość wdrożenia poznanych praktyk w swojej pracy zawodowej.	Analiza dowodów i deklaracji

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/>

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Fundacja My Personality Skills
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Fundacja My Personality Skills

Program

DZIEŃ I – Podstawy masażu Kobido, bezpieczeństwo i zielony gabinet

9:00–10:00 Higiena, BHP i organizacja zielonego stanowiska pracy

teoria – 1 godzina

- wymagania sanitarne i BHP w gabinecie,
- dezynfekcja, higiena rąk, powierzchni i akcesoriów,
- środki antyseptyczne i dezynfekcyjne,
- przygotowanie bezpiecznego stanowiska pracy,
- ograniczanie materiałów jednorazowych tam, gdzie pozwalają na to wymagania higieniczne,
- stosowanie produktów wielokrotnego użytku i biodegradowalnych,
- segregacja i bezpieczne postępowanie z odpadami,
- racjonalne gospodarowanie preparatami, wodą i energią.

PRT/RSI: Technologie dla ochrony środowiska – ograniczanie zużycia zasobów i właściwe gospodarowanie odpadami; Zielona gospodarka.

10:00–11:00 Zielone kompetencje w gabinecie masażu

teoria – 1 godzina

- zasady zrównoważonego rozwoju w branży beauty,
- minimalizacja odpadów i strat materiałowych,
- oszczędność wody i energii,
- świadomy dobór produktów i opakowań,
- racjonalne dozowanie preparatów,
- stosowanie materiałów wielorazowych zgodnie z zasadami higieny,
- ekologiczna organizacja gabinetu,
- edukowanie klienta w zakresie rozwiązań proekologicznych.

PRT/RSI: Technologie dla ochrony środowiska – efektywne gospodarowanie zasobami i odpadami; Zielona gospodarka.

11:00–12:00 Podstawy teoretyczne masażu Kobido

teoria – 1 godzina

- historia i filozofia masażu japońskiego,
- budowa i fizjologia skóry,
- anatomia twarzy,
- przebieg głównych partii mięśni,
- układ limfatyczny i znaczenie drenażu,
- wpływ masażu na tkanki, odżywienie i dotlenienie skóry,
- wskazania do masażu,
- przeciwwskazania względne i bezwzględne,
- wywiad z klientem,
- formularz świadomej zgody,
- określanie celu zabiegu i oczekiwań klienta.

12:00–13:00 Przerwa – 1 godzina

13:00–14:00 Pokaz masażu Kobido

praktyka – 1 godzina

- pokaz pełnej sekwencji masażu na modelce,
- omówienie kolejnych etapów zabiegu,
- prezentacja kierunku i celu ruchów,
- ergonomia pracy masażysty,
- techniki masażu głębokiego,
- drenaż limfatyczny,
- techniki liftingujące i relaksacyjne,
- elementy akupresury twarzy.

14:00–15:00 Przygotowanie klienta i zasobooszczędnego stanowiska

praktyka – 1 godzina

- przeprowadzenie wywiadu,
- określenie celu zabiegu,
- identyfikacja przeciwwskazań,
- uzyskanie świadomej zgody,
- demakijaż i oczyszczenie skóry,
- przygotowanie preparatów i akcesoriów,
- przygotowanie wyłącznie niezbędnej ilości materiałów,
- organizacja stanowiska ograniczająca straty i powstawanie odpadów,
- segregacja materiałów po zabiegu.

PRT/RSI: Technologie dla ochrony środowiska – zasobooszczędna organizacja procesu usługowego; Zielona gospodarka.

15:00–17:00 Techniki masażu Kobido – ćwiczenia praktyczne

praktyka – 2 godziny

- technika wykonywania poszczególnych ruchów,
- nauka rytmicznej i symetrycznej pracy rąk,
- kontrolowanie siły nacisku,
- masaż tkanek głębokich,
- drenaż limfatyczny,
- techniki liftingujące,
- techniki relaksacyjne,
- elementy akupresury,
- łączenie ruchów w prawidłową sekwencję,
- korygowanie techniki zgodnie z informacją zwrotną trenera.

DZIEŃ II – Samodzielne wykonywanie masażu i zielone praktyki zawodowe

9:00–10:00 Wywiad z klientem i planowanie zabiegu

praktyka – 1 godzina

- rozpoznawanie potrzeb i oczekiwań modelki,
- identyfikacja przeciwwskazań,
- ustalanie celu i zakresu zabiegu,
- dobór technik do potrzeb klienta,
- komunikowanie przebiegu zabiegu,
- budowanie relacji opartej na empatii i poszanowaniu granic klienta,
- przyjmowanie odpowiedzialności za podejmowane działania zawodowe.

10:00–12:00 Doskonalenie technik masażu Kobido

praktyka – 2 godziny

- techniki rozluźniające,
- techniki liftingujące,
- masaż tkanek głębokich,
- drenaż limfatyczny,
- elementy akupresury,
- doskonalenie płynności, rytmu i symetrii,
- dostosowanie intensywności masażu do indywidualnych potrzeb,
- obserwowanie reakcji modelki,
- korygowanie techniki.

12:00–13:00 Samodzielne wykonanie sekwencji masażu

praktyka – 1 godzina

- przygotowanie stanowiska i modelki,
- wykonanie kolejnych etapów masażu,
- właściwe łączenie poznanych technik,
- zachowanie zasad higieny i bezpieczeństwa,
- ergonomia pracy,
- ocena reakcji modelki,
- ocena jakości i efektu wykonanego masażu.

13:00–14:00 Przerwa – 1 godzina

14:00–15:00 Zielone praktyki podczas wykonywania zabiegu

praktyka – 1 godzina

- racjonalne dozowanie preparatów,
- ograniczanie zużycia materiałów jednorazowych,
- właściwe wykorzystanie produktów wielorazowych,
- segregacja odpadów,
- oszczędność wody i energii,
- energooszczędne korzystanie z oświetlenia i wyposażenia,
- organizacja pracy ograniczająca straty materiałowe,
- dobór rozwiązań przyjaznych środowisku,
- informowanie klienta o rozwiązaniach ekologicznych stosowanych w gabinecie.

PRT/RSI: Technologie dla ochrony środowiska – racjonalne gospodarowanie materiałami, energią, wodą i odpadami; Zielona gospodarka.

15:00–16:00 Kompleksowe wykonanie zabiegu Kobido

praktyka – 1 godzina

- samodzielne przygotowanie stanowiska,
- przeprowadzenie wywiadu i kwalifikacja modelki,
- przygotowanie skóry,
- dobór technik do celu zabiegowego,
- wykonanie sekwencji Kobido,
- dostosowanie intensywności zabiegu,
- kontrolowanie reakcji modelki,
- przekazanie zaleceń pozabiegowych,
- uporządkowanie stanowiska zgodnie z zasadami higieny i zielonego gabinetu.

16:00–17:00 Walidacja efektów uczenia się

walidacja – 1 godzina

Walidację prowadzi osoba niezależna od procesu kształcenia.

Walidacja obejmuje:

- **test teoretyczny** – weryfikujący wiedzę z zakresu anatomii, zasad masażu Kobido, wskazań i przeciwwskazań, higieny, BHP oraz zielonych praktyk,
- **analizę dowodów i deklaracji** – obejmującą ocenę rezultatów wykonanych zadań praktycznych oraz deklaracji uczestnika dotyczącej samodzielnego, odpowiedzialnego i zasobooszczędnego wykonywania pracy.

Analizie podlegają w szczególności dowody dotyczące:

- przygotowania stanowiska,
- przeprowadzenia wywiadu,
- kwalifikacji klienta,
- doboru technik,
- prawidłowego wykonania masażu,
- zachowania zasad higieny i bezpieczeństwa,
- ograniczania zużycia wody, energii i materiałów,
- właściwego gospodarowania odpadami.

Uczestnik otrzymuje kwalifikację: Masażysta.

Powiązanie usługi z PRT i RSI

Usługa wpisuje się w **Program Rozwoju Technologii Województwa Śląskiego na lata 2019–2030 (PRT)** w obszarze „**Technologie dla ochrony środowiska**” poprzez rozwijanie umiejętności ograniczania zużycia wody, energii i materiałów, właściwego postępowania z odpadami, wykorzystywania rozwiązań wielokrotnego użytku oraz organizacji zasobooszczędnego stanowiska pracy.

Program wspiera również **Inteligentną Specjalizację Województwa Śląskiego „Zielona gospodarka” wskazaną w RSI 2030**, poprzez wdrażanie zasad zrównoważonego gospodarowania zasobami, ograniczania ilości odpadów, świadomego doboru produktów i materiałów oraz kształtowanie odpowiedzialnych środowiskowo praktyk w gabinecie.

Kompetencje te są rozwijane zarówno w części teoretycznej, jak i podczas praktycznego przygotowania stanowiska, wykonywania zabiegów i organizacji pracy masażyisty.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 14

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 14 Higiena, BHP i organizacja zielonego stanowiska pracy	Zajęcia	Katarzyna Klaja	28-10-2026	09:00	10:00	01:00
2 z 14 Zielone kompetencje w gabinecie masażu	Zajęcia	Katarzyna Klaja	28-10-2026	10:00	11:00	01:00
3 z 14 Podstawy teoretyczne masażu Kobido	Zajęcia	Katarzyna Klaja	28-10-2026	11:00	12:00	01:00
4 z 14 -	Przerwa	-	28-10-2026	12:00	13:00	01:00
5 z 14 Pokaz masażu Kobido	Zajęcia	Katarzyna Klaja	28-10-2026	13:00	14:00	01:00
6 z 14 Przygotowanie klienta i zasobooszczędnego stanowiska	Zajęcia	Katarzyna Klaja	28-10-2026	14:00	15:00	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 14 Techniki masażu Kobido – ćwiczenia praktyczne	Zajęcia	Katarzyna Klaja	28-10-2026	15:00	17:00	02:00
8 z 14 Wywiad z klientem i planowanie zabiegu	Zajęcia	Katarzyna Klaja	29-10-2026	09:00	10:00	01:00
9 z 14 Doskonalenie technik masażu Kobido	Zajęcia	Katarzyna Klaja	29-10-2026	10:00	12:00	02:00
10 z 14 Samodzielne wykonanie sekwencji masażu	Zajęcia	Katarzyna Klaja	29-10-2026	12:00	13:00	01:00
11 z 14 -	Przerwa	-	29-10-2026	13:00	14:00	01:00
12 z 14 Zielone praktyki podczas wykonywania zabiegu	Zajęcia	Katarzyna Klaja	29-10-2026	14:00	15:00	01:00
13 z 14 Kompleksowe wykonanie zabiegu Kobido	Zajęcia	Katarzyna Klaja	29-10-2026	15:00	16:00	01:00
14 z 14 -	Walidacja	-	29-10-2026	16:00	17:00	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00
w tym suma godzin zajęć	13:00
w tym suma godzin walidacji	01:00

Rodzaj godzin	Liczba godzin
w tym suma przerw	02:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:30

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	5 289,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 300,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	330,56 PLN
Koszt osobogodziny netto	268,75 PLN
W tym koszt walidacji brutto	897,90 PLN
W tym koszt walidacji netto	730,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	547,35 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	445,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	16:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Katarzyna Klaja

Specjalizacja zawodowa i szkoleniowa

Manualna terapia mięśniowa i autoterapia, Terapia Bańką chińską i podstawy terapii powięziowej

Doświadczenie zawodowe

2019-2020- Studio Masażu i Fizjoterapii Balans

-Masażystka i fizjoterapeutka w siedzibie w Chorzowie

-Masażystka i fizjoterapeutka w siedzibie Hussars academy Katowice

Od 2020- Własna działalność

Specjalistyczne szkolenia i kursy zawodowe 2015- Kurs Kinesiotaping

2019- Kurs Bańki Chińskiej

2021-2022- Kurs Suchego Igłowania (III Stopień)

2024- kurs masażu Kobido

Wykształcenie 2015-2018 Akademia Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach- Stopień licencjat

2018-2021 Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach- Stopień magistra

Doświadczenie w prowadzeniu szkoleń prowadzącego zostały zdobyte w ciągu ostatnich 5 lat.

Trener stale podnosi swoje kwalifikacje, zdobywając nowe umiejętności.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik szkolenia otrzymuje:

- **Skrypty szkoleniowe** z pełnym zakresem wiedzy teoretycznej i praktycznej przekazywane elektronicznie po zakończonym szkoleniu

Warunki uczestnictwa

- 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
- Walidacja przeprowadzona będzie w formie testu wiedzy oraz analizy dowodów

Informacje dodatkowe

Usługa zwolniona z VAT na podstawie §3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013r. w sprawie zwolnień podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz. U. z 2025 r. poz. 832)

Zapisując się na usługę wyrażasz zgodę na rejestrowanie/nagrywanie swojego wizerunku na potrzeby monitoringu oraz kontroli.

Adres

ul. ks. Ściegiennego 2

40-113 Katowice

woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Beata Dąbrowska

E-mail wsparcie@centrum-innowacji.pl

Telefon (+48) 517 283 451