



ODNOVA Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

6 764 oceny

## Kurs Zoga Face Integration – Integracja strukturalna w obrębie mięśni mimicznych, dekoltu i czepca

Numer usługi 2024/10/24/55596/2378570

📍 Kraków / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 24 h

📅 19.09.2025 do 21.09.2025

3 000,00 PLN brutto

3 000,00 PLN netto

125,00 PLN brutto/h

125,00 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

### Grupa docelowa usługi

Kurs skierowany jest do:

- lekarzy,
- fizjoterapeutów,
- techników fizjoterapii,
- masażyistów,
- terapeutów manualnych,
- kosmetologów,
- techników usług kosmetycznych,
- studentów ww. kierunków,

Usługa adresowana jest również do uczestników projektów: Kierunek-Rozwój, Akademia HR, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II, Małopolski pociąg do kariery - sezon 1, Nowy start w Małopolsce z EURESem, Lubuskie Bony Rozwojowe.

Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.

### Minimalna liczba uczestników

12

### Maksymalna liczba uczestników

24

### Data zakończenia rekrutacji

18-09-2025

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

24

### Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

# Cel

## Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje do samodzielnej pracy w zakresie modelowanie twarzy i ciała przy pomocy technik manipulacji mięśni, które oddziałują na tkanki w celu normalizacji napięcia mięśniowo-powięziowego obszaru dekolту, czepca i mięśni mimicznych.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

| Efekty uczenia się                                                                                                                                                                                                                       | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                                                                      | Metoda walidacji                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Uczestnik definiuje wpływ postawy ciała na starzenie twarzy, samodzielnie określa właściwości powięzi i zasady tensegracji. Samodzielnie określa wskazania i przeciwwskazania do zabiegu oraz techniki, które które oddziałują na tkanki | Uczestnik definiuje jak postawa ciała wpływa na starzenie się twarzy                                                                                                                                                                      | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                                                                                                                                                          | Uczestnik charakteryzuje podstawowe właściwości powięzi i zasady tensegracji                                                                                                                                                              | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                                                                                                                                                          | Uczestnik określa wskazania i przeciwwskazania do zabiegu                                                                                                                                                                                 | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                                                                                                                                                          | Uczestnik określa techniki, które oddziałują na tkanki normalizujące napięcia mięśniowo-powięziowe obszaru dekolту, czepca i mięśni mimicznych                                                                                            | Test teoretyczny                    |
| Uczestnik samodzielnie wykonuje techniki modelowanie twarzy i ciała w celu normalizacji napięcia mięśniowo-powięziowego obszaru dekolту, czepca i mięśni mimicznych.                                                                     | Uczestnik stosuje techniki diagnostyki i korekcji                                                                                                                                                                                         | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                                                                                                                                                          | Uczestnik używa technik manualnego modelowania twarzy i ciała, techniki w pracy na zmarszczkach i bliznach po zabiegach oraz techniki powięziowe                                                                                          | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                                                                                                                                                          | Uczestnik pracuje nad zrównoważeniem stawów skroniowo-żuchwowych oraz nad mięśniami skrzydłowymi, żwaczami, wewnętrzną stroną ust i szyją, połączeniem głowo-szyjnym, mięśniami potylicznymi, mięśniami mimicznymi i czepecem ścięgnistym | Obserwacja w warunkach symulowanych |

| Efekty uczenia się                                                                                           | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                        | Metoda walidacji |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| Uczestnik przestrzega praw pacjenta i zasad etyki zawodowej oraz realizuje potrzebę ciągłego kształcenia się | Uczestnik podwyższa swoje kompetencje poprzez samodoskonalenie oraz systematyczne aktualizowanie wiedzy i umiejętności                                                                      | Debata swobodna  |
|                                                                                                              | Uczestnik samodzielnie kieruje własnym rozwojem oraz autonomicznie i odpowiedzialnie uczestniczy w życiu zawodowym i społecznym, z uwzględnieniem etycznego kontekstu własnego postępowania | Debata swobodna  |

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

#### Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

## Program

**Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu:** Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka. Celem łatwiejszego osiągnięcia celu głównego uczestnicy powinni zapoznać się z materiałami dydaktycznymi otrzymanymi na kursie oraz zapoznać się z ogólnodostępną literaturą naukową.

**Forma szkolenia:** Trening połączony z wykładem, dyskusja, ćwiczenia, praca na sobie nawzajem lub na modelach. Uczestnicy pracują w parach, każda z par przy jednym stole fizjoterapeutycznym.

**Czas:** 24 godziny dydaktyczne

#### PROGRAM KURSU :

##### DZIEŃ I - teoria:

1. Anatomiczno-fizjologiczne podstawy metody oraz przyczyny dysfunkcji estetycznych
2. Techniki diagnostyki i korekcji

- Analiza postaw ciała i jej wpływ na starzenie się twarzy
- Zasady manualnego modelowania twarzy i ciała przy pomocy technik manipulacji mięśni
- Normalizacja napięcia mięśniowo-powięziowego obszaru dekoltu, czepca i mięśni mimicznych
- Podstawowe właściwości powięzi i zasady tensegracji
- Wskazania i przeciwwskazania do zabiegu

#### DZIEŃ II - praktyka:

- Metodyka wykonywania zabiegu
- Praca nad zrównoważeniem stawów skroniowo-żuchwowych, mięśniami skrzydłowymi, żwaczami
- Praca z połączeniem głowo-szyjnym przez głębokie mięśnie potyliczne, czepiec ścięgnisty
- Praca z mięśniami mimicznymi poprzez techniki mięśniowo powięziowe

#### DZIEŃ III - praktyka:

- Praca z wewnętrzną stroną ust i szyją
- Praca ze zmarszczkami i bliznami po zabiegach chirurgii plastycznej
- Źródła i techniki rozluźniania napięć mięśniowych
- Podsumowanie szkolenia
- Walidacja

Liczba godzin kursu 24 godz. dydaktycznych, co stanowi 18 godz. zegar. W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 2 h 30 min. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Krótkie przerwy realizowane w czasie trwania kursu dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dydaktyczna (szkoleniowa) = 45 min

Liczba godzin kursu obejmuje zajęcia teoretyczne – 7 godzin dydaktycznych, oraz zajęcia praktyczne – 17 godzin dydaktycznych.

Metoda weryfikacji obecności - lista obecności podpisywana przez uczestników kursu.

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 6

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                      | Prowadzący        | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>1 z 6</div> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - dzień I, punkty 1-3 - w bloku szkol.uwzględnio no 30min. przerwy | mgr Roksana Wrona | 19-09-2025            | 09:00               | 13:00               | 04:00         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                   | Prowadzący        | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>2 z 6</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - dzień I, punkty 4-7 - w bloku szkol.uwzględnio no 30min. przerwy  | mgr Roksana Wrona | 19-09-2025            | 13:00               | 17:00               | 04:00         |
| <b>3 z 6</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - dzień II, punkty 1-2 - w bloku szkol.uwzględnio no30min. przerwy  | mgr Roksana Wrona | 20-09-2025            | 09:00               | 13:00               | 04:00         |
| <b>4 z 6</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - dzień II, punkty 3-4 - w bloku szkol.uwzględnio no 30min. przerwy | mgr Roksana Wrona | 20-09-2025            | 13:00               | 17:00               | 04:00         |
| <b>5 z 6</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - dzień II, punkty 1-4 - w bloku szkol.uwzględnio no 30min. przerwy | mgr Roksana Wrona | 21-09-2025            | 08:30               | 12:45               | 04:15         |
| <b>6 z 6</b> Punkt 5. Walidacja                                                                                           | -                 | 21-09-2025            | 12:45               | 13:00               | 00:15         |

## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 3 000,00 PLN |

|                                          |              |
|------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto | 3 000,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                | 125,00 PLN   |
| Koszt osobogodziny netto                 | 125,00 PLN   |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### mgr Roksana Wrona

Absolwentka Uniwersytetu Medycznego w Lublinie, gdzie ukończyła kierunek fizjoterapia. Od 2018r. prowadzi swój gabinet, gdzie zajmuje się Strukturalnym Równoważeniem Ciała oraz Twarzy. Pasjonatka szeroko pojętej "aktywności fizycznej". Biomechaniką ludzkiego ciała zaczęła interesować się jeszcze przed studiami, a jeszcze będąc na studiach rozpoczęła kształcenie wg koncepcji Anatomy Trains pod okiem Wojciecha Cackowskiego, uzyskując tytuł BodyWorker. Ponadto ukończyła liczne szkolenia, w tym m.in.

- Zoga Movement Therapy
- Zoga Face Integration
- Anatomy Trains In Structure & Function
- Structural Integration for the Cranium
- Human Anatomy Dissection Class
- Bonework Integrating Bone Fascia
- Kurs ATSI PART II
- ScarWork Integrating Scar Tissue into the Fascial Web
- Kinesiology Taping

Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi do BUR.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Na początku kursu kursanci otrzymują skrypt obejmujący materiał dydaktyczny przygotowany dla danego szkolenia.

### Warunki uczestnictwa

1. Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.

2. Przed dokonaniem zapisu na usługę w BUR wymagane jest zgłoszenie poprzez formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie <https://odnova.org.pl/kursy/pod opisem wybranego szkolenia>, w celu potwierdzenia dostępności miejsca.

3. Uczestniczki będące w ciąży, bądź podejrzewające, że mogą być w ciąży, winny poinformować o swoim stanie Organizatora.

4. Wymagane jest zapoznanie się i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych ODNOWA.

## Informacje dodatkowe

### Podstawa zwolnienia z VAT:

#### art. 43 ust. 1 pkt 26 lit. a Ustawa o podatku od towarów i usług

Kurs nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności Organizator nie pokrywa oraz nie dokonuje zwrotu kosztów związanych z dojazdem uczestnika na usługę, jego zakwaterowaniem oraz wyżywieniem.

Zawarto umowę z: WUP w Toruniu w ramach projektu Kierunek-Rozwój, WUP w Krakowie w ramach projektu "Małopolski pociąg do kariery" oraz "Nowy start w Małopolsce z EURESem", Lubuskie Bony Rozwojowe.

## Adres

al. Jana Pawła II 31

31-881 Kraków

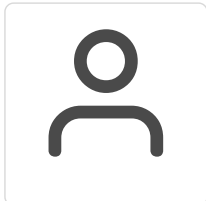
woj. małopolskie

Centrum Szkoleniowe Mulligan

### Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Sala dydaktyczna będzie dostosowana do potrzeb kursu. Będą bezpieczne i higieniczne warunki pracy.

## Kontakt



**Joanna Dobska**

**E-mail** szkolenia@odnova.org.pl

**Telefon** (+48) 694 225 457