

DILIGENT

Diligent Szymon
Mrózek**ZIELONE KOMPETENCJE w praktyce
gabinetu KOBIDO MS, TAPING
ESTETYCZNY**

Numer usługi 2025/06/03/175328/2791260

Bielsko-Biała / stacjonarna

Usługa szkoleniowa

16 h

27.09.2025 do 28.09.2025

4 900,00 PLN brutto

4 900,00 PLN netto

306,25 PLN brutto/h

306,25 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Szkolenie przeznaczone jest dla osób fizycznych. Początkujących, jak i aktywnie działających, kosmetologów, kosmetyczek, fizjoterapeutów, masażystów, pracowników SPA oraz wszystkich zainteresowanych tematyką masażu. Poziom podstawowy, nie wymagane są dokumenty potwierdzające kompetencje. Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu MP i/lub dla Uczestników Projektu NSE;
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	4
Data zakończenia rekrutacji	26-09-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	16
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

Celem szkolenia jest wyposażenie uczestników w praktyczne umiejętności prowadzenia gabinetu w duchu zrównoważonego rozwoju w kontekście terapii twarzy Kobido MS oraz technik tapingu estetycznego, z jednoczesnym kształtowaniem postawy świadomego terapeuty, który stosuje rozwiązania przyjazne dla środowiska. Uczestnicy nauczą się wykonywać zabiegi zgodnie z zasadami anatomii i fizjologii twarzy, poznają skuteczne metody naturalnego liftingu i ekologiczne praktyki gabinetowe.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Moduł 1. Uczestnik organizuje stanowisko pracy w duchu zasad zrównoważonego rozwoju. Rozpoznaje główne struktury anatomiczne twarzy, szyi i dekoltu. Zna mechanizmy powstawania zmarszczek i znaczenie mikrokrążenia. Potrafi wskazać przeciwwskazania do terapii manualnych.	- Poprawne odpowiedzi podczas rozmowy kierowanej i quizu	Test teoretyczny
	- Zastosowanie wiedzy w praktyce podczas ćwiczeń przygotowania stanowiska	Test teoretyczny
	- Obserwacja poprawności organizacji i użycia eko-materiałów	Test teoretyczny
Moduł 2. Rozumie znaczenie ergonomii pracy i dobrostanu klienta. Potrafi zastosować manualne techniki bez użycia urządzeń. Uwzględnia ekologiczne aspekty w trakcie zabiegu. Zna podstawowe techniki masażu Kobido MS: relaksacyjne, liftingujące, stymulujące.	- Obserwacja poprawnej techniki podczas ćwiczeń	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	- Feedback od trenera (ułożenie dłoni, siła nacisku, rytm)	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	- Ocena pracy w trybie „low-energy” (brak sprzętów, naturalne oświetlenie)	Test teoretyczny
Moduł 3. Dobiera naturalne środki wspomagające masaż. Wykonuje techniki drenażowe i rozluźniające twarzy. Rozumie znaczenie układu limfatycznego w naturalnej detoksykacji.	- Wykonanie technik w parach lub na modelach - Poprawność ruchów i ułożenia ciała - Dobór ekologicznych preparatów w trakcie sesji	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Moduł 4. Wymienia rodzaje ekologicznych taśm i ich właściwości.. Rozumie podstawy działania tapingu estetycznego i różnice względem kinesiotalpingu. Wymienia wskazania i przeciwwskazania do aplikacji taśm.	- Test wiedzy (ustny lub pisemny) - Rozpoznanie właściwego rodzaju taśmy - Uzasadnienie wyboru materiałów pod kątem eko	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Moduł 5. Rozumie znaczenie bezpiecznego kontaktu ze skórą i unikania marnotrawstwa materiałów. Uczestnik wykonuje aplikacje taśm na różnych obszarach twarzy i szyi. Zachowuje prawidłową technikę cięcia, zaokrąglania i nakładania taśmy.	- Poprawne wykonanie aplikacji w parach - Analiza techniki przez instruktora - Obserwacja ekonomicznego wykorzystania materiałów	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Moduł 6. Uwzględnia aspekty recyklingu, ograniczania zużycia plastiku i energii. Rozumie wpływ naturalnych metod na kondycję skóry i środowisko. Układa plan zabiegowy łączący Kobido MS i taping.	- Studium przypadku – stworzenie własnego planu - Obserwacja działań praktycznych - Ocena wyboru produktów i ich zgodności z eko-idea	Test teoretyczny
Moduł 7. Buduje relację z klientem w oparciu o zaufanie i świadomość ekologiczną. Samodzielnie wykonuje pełny zabieg z wykorzystaniem wszystkich poznanych technik. Promuje naturalne formy pielęgnacji i zielone rozwiązania w pracy gabinetowej.	- Ocena całościowego wykonania zabiegu - Analiza komunikacji z klientem - Spójność z zasadami pracy ekologicznej	Wywiad swobodny
Moduł 8. Uczestnik wykazuje się wiedzą teoretyczną i praktyczną z zakresu Kobido MS i tapingu. Potrafi argumentować swoje wybory zgodnie z zasadami zielonych kompetencji. Świadomie planuje działania zgodne z filozofią zrównoważonego rozwoju.	- Egzamin praktyczny – wykonanie zabiegu - Egzamin teoretyczny – pytania otwarte i zamknięte - Feedback od trenera i samoocena uczestnika	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

Tak. Dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się.

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

Tak. Dokument potwierdza, że validacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji.

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

Tak. Dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od validacji.

Program

„KOBIDO MS, TAPING ESTETYCZNY I ZIELONE KOMPETENCJE w praktyce gabinetu”

Masaż Kobido MS i podstawy tapingu estetycznego

Moduł 1 TEORIA

Anatomia i fizjologia twarzy + bezpieczeństwo i higiena pracy z uwzględnieniem aspektów ekologicznych

- Budowa i funkcje mięśni twarzy, szyi i dekoltu
- Zmarszczki – mechanizmy powstawania
- Znaczenie układu limfatycznego i mikrokrążenia
- Zasady BHP i przygotowanie ekologicznego stanowiska pracy
- Proekologiczna organizacja przestrzeni i narzędzi: oszczędność wody, wielorazowe akcesoria, biodegradowalne materiały

Moduł 2 PRAKTYKA

Techniki Kobido MS – praca manualna i relaksacja z naciskiem na dobrostan klienta i terapeuty

- Techniki masażu: relaksacyjne, liftingujące, stymulujące
- Prawidłowe ułożenie dłoni, ergonomia pracy
- Praca w rytmie ciała – szacunek dla naturalnych procesów
- Minimalizowanie zużycia energii podczas zabiegu, praca przy naturalnym świetle, bez urządzeń zużywających prąd

Moduł 3 PRAKTYKA

Praktyka Kobido – techniki drenażowe i rozluźniające + wspieranie fizjologii i regeneracji organizmu

- Praca w parach – ćwiczenia praktyczne na modelach
- Drenaż limfatyczny i jego wpływ na detoksykację
- Wybór naturalnych preparatów ułatwiających masaż – zero plastiku, bezpieczne składniki

Moduł 4 TEORIA

Wprowadzenie do tapingu estetycznego + ekologiczna selekcja materiałów

- Różnice między tapingiem estetycznym a kinesiotapingiem
- Jak działa taping na mięśnie, skórę, limfę
- Wybór taśm: bezklejowe dodatki, taśmy z naturalnego kleju, bezpieczne dla skóry i środowiska
- Samodzielne pierwsze aplikacje na modelach i sobie

DZIEŃ 2 – Taping estetyczny, łączenie technik i egzamin końcowy

Moduł 5 PRAKTYKA

Taping praktyczny – aplikacja na twarzy i szyi + efektywność pracy manualnej bez energii elektrycznej

- Obszary: czoło, okolice oczu, zuchwa, szyja

- Techniki modelowania twarzy taśmą
- Pozycjonowanie klienta bez potrzeby zużycia dodatkowej energii – praca przy świetle dziennym
- Znaczenie pracy manualnej w redukcji zużycia prądu w gabinetach

Moduł 6 PRAKTYKA

Procedury zabiegowe i łączenie technik z uwzględnieniem zrównoważonego rozwoju

- Jak tworzyć ekologiczne protokoły zabiegowe
- Planowanie pracy z minimalizacją odpadów
- Łączenie Kobido i tapingu dla efektu naturalnego liftingu
- Bezpieczne środki do demakijażu i oczyszczania – w duchu zero waste

Moduł 7 PRAKTYKA

Kompleksowa sesja – symulacja pracy z klientem + komunikacja i edukacja ekologiczna

- Uczestnicy wykonują pełny zabieg (Kobido + taping)
- Symulacja pracy w realiach gabinetowych
- Komunikacja z klientem: jak edukować klientów na temat eko-opcji
- Naturalne produkty do pielęgnacji pozabiegowej

Moduł 8

Egzamin końcowy + podsumowanie szkolenia

- Egzamin teoretyczny i praktyczny (30 minut)
- Ocena wykonania zabiegów
- Omówienie indywidualnych postępów
- Wręczenie certyfikatów
- Możliwość zapisania się na poziom zaawansowany

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 13

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 13 Moduł 1 TEORIA Anatomia i fizjologia twarzy + bezpieczeństwo i higiena pracy z uwzględnieniem aspektów ekologicznych	Monika Skalska	27-09-2025	09:00	10:45	01:45
2 z 13 Moduł 2 PRAKTYKA techniki Kobido MS – praca manualna i relaksacja z naciskiem na dobrostan klienta i terapeuty	Monika Skalska	27-09-2025	10:45	12:30	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 13 przerwa	Monika Skalska	27-09-2025	12:30	12:45	00:15
4 z 13 Moduł 3 PRAKTYKA Kobido – techniki drenażowe i rozluźniające + wspieranie fizjologii i regeneracji organizmu	Monika Skalska	27-09-2025	12:45	14:30	01:45
5 z 13 przerwa	Monika Skalska	27-09-2025	14:30	15:00	00:30
6 z 13 Moduł 4 TEORIA/PRAKTYKA Wprowadzenie do tapingu estetycznego + ekologiczna selekcja materiałów	Monika Skalska	27-09-2025	15:00	17:00	02:00
7 z 13 Moduł 5 PRAKTYKA Taping praktyczny – aplikacja na twarzy i szyi + efektywność pracy manualnej bez energii elektrycznej	Monika Skalska	28-09-2025	08:00	10:30	02:30
8 z 13 przerwa	Monika Skalska	28-09-2025	10:30	10:45	00:15
9 z 13 Moduł 6 PRAKTYKA Procedury zabiegowe i łączenie technik z uwzględnieniem zrównoważonego rozwoju	Monika Skalska	28-09-2025	10:45	12:30	01:45
10 z 13 przerwa	Monika Skalska	28-09-2025	12:30	13:00	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
11 z 13 Moduł 7 PRAKTYKA Kompleksowa sesja – symulacja pracy z klientem + komunikacja i edukacja ekologiczna	Monika Skalska	28-09-2025	13:00	15:15	02:15
12 z 13 przerwa	Monika Skalska	28-09-2025	15:15	15:30	00:15
13 z 13 egzamin	-	28-09-2025	15:30	16:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 900,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 900,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	306,25 PLN
Koszt osobogodziny netto	306,25 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Monika Skalska

Monika Skalska to doświadczony i pełen pasji trener z imponującym, 19-letnim stażem w dziedzinie terapii manualnych. Specjalizuje się w japońskich technikach liftingujących KOBIDO MS oraz autorskich metodach masażu twarzy, które łączą w sobie delikatność i skuteczność. Jej podejście bazuje na bezinwazyjnych, naturalnych technikach, które przynoszą spektakularne efekty w poprawie kondycji skóry, relaksacji mięśni, stymulacji układu limfatycznego i krwionośnego, a także redukcji stresu i oznak zmęczenia.

Monika Skalska jest nie tylko praktykiem, ale również wybitnym pedagogiem, który z ogromnym zaangażowaniem dzieli się swoją wiedzą i umiejętnościami. Ukończyła szkolenie z zakresu zielonych kompetencji, które pozwoliło poszerzyć wiedzę na temat zrównoważonego rozwoju, ochrony środowiska oraz ekologicznych praktyk w życiu codziennym i pracy zawodowej.

Jej filozofia pracy to nieustanne doskonalenie i poszukiwanie nowych rozwiązań. Regularnie uczestniczy w kursach i szkoleniach, aby wzbogacać swoje metody pracy i dostarczać uczestnikom szkolenia na najwyższym poziomie.

Monika Skalska to uznany specjalista w dziedzinie terapii manualnych, z szerokim zakresem kompetencji obejmujących m.in.:

Japońskie techniki masażu Kobido MS

Facelifting MS Manual Therapy

Masaż transbukalny

Drenaż limfatyczny

Mezoterapia mikroigłowa

Masaż bańkami

Techniki dermaroller

Refleksologia twarzy, głowy, dłoni i stóp

Pinezkowanie twarzy

Neuromasaż z elementami refleksologii

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Informacje dodatkowe:

- przerwy stanowią integralną część kursu a ich czas jest dostosowany do potrzeb uczestników
- 3H 15 MIN TEORIA
- 1H 45 MIN PRZERWY
- 30MIN EGZAMIN
- 11,5 GODZIN PRAKTYKI
- po zakończeniu udziału w usłudze rozwojowej uczestnik otrzymuje certyfikat
- jedna godzina zajęć równa jest godzinie zegarowej
- każdy z uczestników otrzymuje skrypt oraz długopis i notes
- przed zapisem na szkolenie prosimy o kontakt z organizatorem, aby zweryfikować dostępność terminu
- aby wypełnić zgłoszenie prosimy o kontakt mailowy: instytutskalska@gmail.com

Podstawa zwolnienia z VAT

Rozporządzenie Ministra Finansów z dn. 20.12.2013 r. paragraf 3 ust 1 pkt.14. Zwalnia się od podatku usługi kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego, finansowane w co najmniej 70 % ze środków publicznych oraz świadczenie usług i dostawę towarów ściśle z tymi usługami związane.

Warunki uczestnictwa

Dla uczestników projektu MP i/lub NSE warunkiem uczestnictwa jest zapisanie się również na usługę egzaminacyjną

Adres

pl. św. Mikołaja 5/9

43-300 Bielsko-Biała

woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Monika Skalska

E-mail instytutskalska@gmail.com

Telefon (+48) 602 626 662