



IT ENGINEERING &
CONSULTING
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5
913 ocen

EcoTherapy - Ekologiczny Masaż Relaksacyjny - szkolenie

Numer usługi 2025/07/03/156609/2856422

📍 Olsztyn / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 9 h

📅 27.08.2025 do 27.08.2025

1 800,00 PLN brutto

1 800,00 PLN netto

200,00 PLN brutto/h

200,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia
Grupa docelowa usługi	Szkolenie jest przeznaczona dla początkujących, jak i aktywnie działających fizjoterapeutów, masażyстів, kosmetologów, kosmetyczek, osób związanych z branżą beauty i SPA oraz wszystkich osób, które chcą rozpocząć prace jako masażyści.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	5
Data zakończenia rekrutacji	26-08-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	9
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 „EcoTherapy – Masaż Relaksacyjny w Harmonii z Naturą” jest przygotowanie uczestnika do samodzielnego, świadomego i profesjonalnego wykonywania masażu relaksacyjnego całego ciała z wykorzystaniem

naturalnych, ekologicznych środków pielęgnacyjnych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Posługuje się wiedzą dotyczącą zasad wykonywania masażu relaksacyjnego	Definiuje masaż relaksacyjny i jego rolę w redukcji stresu oraz wspieraniu dobrostanu psychofizycznego.	Test teoretyczny
	Charakteryzuje podstawowe techniki masażu relaksacyjnego oraz ich wpływ na organizm.	Test teoretyczny
	Omawia wskazania i przeciwwskazania do wykonania masażu relaksacyjnego.	Test teoretyczny
	Rozpoznaje właściwości naturalnych olejków i produktów stosowanych w masażu.	Test teoretyczny
	Opisuje zasady ergonomii, higieny i bezpieczeństwa w organizacji przestrzeni do masażu.	Test teoretyczny
	Tłumaczy znaczenie atmosfery, dźwięku i zapachu w pracy z ciałem.	Test teoretyczny
	Wyjaśnia wpływ kontaktu z naturą na jakość relaksu i regeneracji.	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje samodzielnie masaż relaksacyjny całego ciała	Posługuje się technikami masażu relaksacyjnego w sposób płynny i dopasowany do potrzeb klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykonuje pełny masaż relaksacyjny całego ciała z zachowaniem kolejności i tempa pracy.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dobiera odpowiednie naturalne produkty pielęgnacyjne do rodzaju skóry i celu zabiegu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Organizuje przestrzeń zabiegową zgodnie z zasadami komfortu, higieny i spokoju.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Reaguje na sygnały ciała klienta, dostosowując siłę i intensywność masażu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dbą o bezpieczeństwo, wygodę i prywatność osoby masowanej.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje naturalne środki i rytuały wspierające relaksację w pracy z klientem.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
wykorzystuje wiedzę z zakresu zielonych kompetencji wykonując masaż relaksacyjny	Wykorzystuje naturalne, biodegradowalne i certyfikowane produkty do masażu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Ocenia wpływ używanych środków pielęgnacyjnych na zdrowie i środowisko.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Organizuje przestrzeń pracy w duchu zero waste – ogranicza zużycie wody, energii i materiałów.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wdraża ekologiczne nawyki w pracy masażysty (np. pranie w niskiej temperaturze, wybór wielorazowych tekstyliów).	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Promuje naturalną pielęgnację, zrównoważony styl życia i uważność na potrzeby ciała i planety.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Kształtuje postawę odpowiedzialności zawodowej, łącząc profesjonalizm z troską o środowisko.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje umiejętność nawiązywania kontaktu z klientem	Tworzy ofertę usługową opartą na świadomym, etycznym i przyjaznym dla natury podejściu do ciała.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Buduje relację z klientem opartą na zaufaniu, uważności i szacunku.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Komunikuje się w sposób empatyczny i profesjonalny na każdym etapie zabiegu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykazuje się odpowiedzialnością za komfort fizyczny i emocjonalny osoby masowanej.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Rozwija swoje kompetencje w duchu pracy holistycznej – z ciałem, emocjami i przestrzenią.	Obserwacja w warunkach symulowanych

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

Szkolenie rozwija umiejętności techniczne w zakresie pracy z ciałem, wiedzę na temat działania masażu na układ nerwowy i mięśniowy oraz wspiera kompetencje w zakresie tworzenia bezpiecznej, komfortowej i zrównoważonej przestrzeni pracy. Uczestnik uczy się świadomego stosowania produktów roślinnych, budowania relacji z klientem opartej na empatii oraz promowania idei dobrostanu w duchu szacunku dla natury i środowiska.

Każdy z uczestników na czas szkolenia otrzymuje do własnej dyspozycji: podczas części teoretycznej stanowisko biurowe z materiałami piśmienniczymi i edukacyjnymi. Podczas zajęć praktycznych: fotel/łóżko kosmetyczne z pomocnikiem kosmetycznym, oświetleniem i zestawem niezbędnych narzędzi i akcesoriów do wykonywania zabiegów z zakresu objętego szkoleniem, z ciągiem sterylizacyjnym wyposażonym zgodnie z zasadami BHP.

Usługa jest realizowana w godzinach dydaktycznych. Przerwy zostały wliczone w godziny usługi.

Moduł I: Wprowadzenie do masażu relaksacyjnego i jego roli w dobrostanie (1,5 godziny)

- Czym jest masaż relaksacyjny? – definicja i filozofia zabiegu
- Rola masażu w redukcji stresu, napięcia mięśniowego i poprawie samopoczucia
- Wskazania i przeciwwskazania do masażu relaksacyjnego
- Zielone kompetencje: wpływ naturalnego otoczenia, zapachów i dźwięków na regenerację psychofizyczną

Moduł II: Techniki masażu relaksacyjnego i naturalne środki pielęgnacyjne (2 godziny)

- Główne techniki masażu relaksacyjnego: głaskanie, rozcieranie, ugniatanie, wibracja
- Metody pracy z całym ciałem – plecy, kark, kończyny, dłonie i stopy
- Zastosowanie naturalnych olejków i aromaterapii w masażu relaksacyjnym
- Zielone kompetencje: wybór certyfikowanych produktów roślinnych i cruelty-free, ograniczenie zużycia zasobów

Moduł III: Część praktyczna – demonstracja i praca uczestników (4 godziny)

- Pokaz zabiegu masażu relaksacyjnego przez szkoleniowca – krok po kroku
- Zasady ergonomii pracy i organizacji przestrzeni w zgodzie z ideą eko
- Przygotowanie modelu/modelki do masażu – komunikacja, komfort i relacja z klientem
- Samodzielne wykonanie masażu relaksacyjnego przez uczestników pod okiem instruktora
- Zielone kompetencje: stosowanie materiałów wielorazowego użytku, odpowiedzialna gospodarka odpadami i woda

Moduł IV: Refleksja, omówienie efektów i praktyka uważności (1,5 godziny)

- Omówienie wrażeń z zabiegu i analiza techniki uczestników
- Wprowadzenie do praktyki uważności w pracy masażysty – oddech, obecność, empatia
- Zielone kompetencje: tworzenie świadomej relacji z ciałem i naturą w pracy z klientem

Walidacja (30 min)

Podczas trwania szkolenia kursant wykonuje zabiegi na modelkach, ich ilość zależna jest od umiejętności i doświadczenia Uczestników szkolenia, a także tempa ich pracy. Minimalna ilość modelek do ćwiczeń zabiegowych: 2 na jednego kursanta

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 7

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 7 Moduł I: Wprowadzenie do masażu relaksacyjnego i jego roli w dobrostanie	Lucyna Łazarewicz-Lorens	27-08-2025	09:00	09:45	00:45
2 z 7 Moduł II: Techniki masażu relaksacyjnego i naturalne środki pielęgnacyjne	Lucyna Łazarewicz-Lorens	27-08-2025	09:45	11:15	01:30
3 z 7 Moduł III: Część praktyczna – demonstracja	Lucyna Łazarewicz-Lorens	27-08-2025	11:15	12:00	00:45
4 z 7 przerwa	Lucyna Łazarewicz-Lorens	27-08-2025	12:00	12:30	00:30
5 z 7 Moduł III: Część praktyczna – praca uczestników	Lucyna Łazarewicz-Lorens	27-08-2025	12:30	14:45	02:15
6 z 7 Moduł IV: Refleksja, omówienie efektów i praktyka uważności	Lucyna Łazarewicz-Lorens	27-08-2025	14:45	15:30	00:45
7 z 7 walidacja	-	27-08-2025	15:30	15:45	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 800,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 800,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	200,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	200,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Lucyna Łazarewicz-Lorens

Magister kosmetologii anti-aging oraz instruktor stylizacji rzęs i brwi.

Od 2014 roku związana na stałe z branżą beauty. Od 2015 roku prowadzi własną firmę. Założycielka marki własnej Famous Beauty - produktów do stylizacji rzęs i brwi, właścicielka Gabinetu Famous Beauty Place - gabinetu kosmetycznego w Olsztynie, właścicielka Famous Academy - akademii szkoleniowej z zakresu kosmetologii i medycyny estetycznej, stylizacji rzęs i brwi oraz kosmetologii. Specjalizuje się w szkoleniach z zakresu stylizacji rzęs i brwi, masażu relaksacyjnym całego ciała oraz masażu twarzy i skóry głowy ze szczególnym uwzględnieniem masażu KOBIDO, liftingującego i ajurwedyjskiego. Dzięki wieloletniemu doświadczeniu zapewnia klientom usługi na najwyższym poziomie. Swoją wiedzę przekazuje w jasny i rzetelny sposób, a każdego kursanta traktuje indywidualnie. Cały czas podnosi własne kompetencje głównie w zakresie medycyny estetycznej.

Zdobywczyni nagród:

Laminacja rzęs - 1 miejsce w mistrzostwach Lash Games Championships 2020.

Henna pudrowa z geometrią - 3 miejsce kat. expert - Brow Master Championships 2021.

Lifting rzęs - 2 miejsce w mistrzostwach Lash Games Championships 2021.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały w postaci prezentacji i skryptów zostaną udostępnione dla uczestników podczas usługi oraz po jej realizacji.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem skorzystania z usługi jest bezpośredni zapis na usługę za pośrednictwem Bazy Usług Rozwojowych oraz wypełnienie ankiety oceniającej usługę rozwojową.

Informacje dodatkowe

Usługa jest zwolniona z podatku VAT w przypadku, kiedy dofinansowanie wynosi co najmniej 70%. W innej sytuacji do ceny netto doliczany jest podatek VAT w wysokości 23%. Podstawa: §3 ust. 1 pkt. 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz szczegółowych warunków stosowania tych zwolnień (Dz.U. z 2018 r., poz. 701).

Adres

ul. Jana Kasprówicza 4/23
10-220 Olsztyn
woj. warmińsko-mazurskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Marta Skraba

E-mail szkolenia@it-ec.pl

Telefon (+48) 451 055 967