



NK Fizjoterapia
Tomasz Nowacki
Brak ocen dla tego dostawcy

Diagnostyka i terapia bólów głowy - proekologiczne podejście do terapii oraz zrównoważona fizjoterapia.

Numer usługi 2025/07/30/186232/2911606

📍 Chorzów / stacjonarna
🏠 Usługa szkoleniowa
🕒 16 h
📅 25.10.2025 do 26.10.2025

5 263,16 PLN brutto
5 263,16 PLN netto
328,95 PLN brutto/h
328,95 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	Grupę docelową usługi stanowią: - fizjoterapeuci/osteopaci/chiropraktycy - studenci kierunków fizjoterapia/osteopatia
Minimalna liczba uczestników	6
Maksymalna liczba uczestników	16
Data zakończenia rekrutacji	03-09-2025
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 usługi jest podniesienie kompetencji uczestników w zakresie diagnozowania i prowadzenia terapii bólów głowy z wykorzystaniem proekologicznego podejścia w fizjoterapii, zgodnego z zasadami zrównoważonego rozwoju oraz efektywnego gospodarowania zasobami. Usługa przygotowuje do samodzielnego stosowania zrównoważonych praktyk terapeutycznych, w tym dokumentowania procesu leczenia i wdrażania narzędzi cyfrowych (e-rejestracja, ewidencja), z zachowaniem etyki zawodowej i świadomości ekologicznej

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wyjaśnia mechanizmy powstawania bólów głowy z perspektywy fizjoterapeutycznej	Opisuje źródła bólu w odniesieniu do układu mięśniowo-powięziowego i nerwowego	Test teoretyczny
Wskazuje ekologiczne metody terapii zgodne z GOZ	Wymienia konkretne techniki i ich wpływ na środowisko	Test teoretyczny
Rozpoznaje narzędzia cyfrowe służące dokumentacji i e-rejestracji	Opisuje funkcje i zastosowania wybranych systemów	Test teoretyczny
Omawia zasady odpowiedzialnego gospodarowania materiałami w terapii	Wskazuje zasady ograniczania zużycia materiałów i energii	Test teoretyczny
Analizuje wpływ materiałów terapeutycznych na zdrowie i środowisko	Podaje przykłady i interpretuje skutki ich stosowania	Test teoretyczny
Uczestnik przeprowadza samodzielnie badanie podmiotowe u pacjentów z bólami głowy.	Uczestnik zbiera i interpretuje prawidłowo wywiad z pacjentem	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik prawidłowo wnioskuje klinicznie oraz planuje późniejsze badanie fizykalne	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik wykonuje prawidłowo "testy bezpieczeństwa" w obrębie górnego odcinka szyjnego kręgosłupa	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik przeprowadza samodzielnie badanie przedmiotowe u pacjentów z bólami głowy.	Uczestnik wykonuje prawidłowo badanie struktur stawowych odcinka szyjnego kręgosłupa oraz stawu skroniowo-żuchwowego	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik wykonuje prawidłowo badanie struktur mięśniowo-powięziowych odcinka szyjnego kręgosłupa oraz czaszki	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik wykonuje prawidłowo techniki mobilizacji stawu skroniowo-żuchwowego	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik przeprowadza samodzielnie leczenie manualne zaburzeń aparatu ruchu generujących bóle głowy	Uczestnik wykonuje prawidłowo techniki terapii tkanek miękkich okolicy szyi i głowy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik wykonuje prawidłowo techniki mobilizacji naczyniowej okolicy szyi i głowy	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik programuje samodzielnie kinezyterapię dostosowaną do pacjenta z bólami głowy	Uczestnik potrafi prawidłowo wytłumaczyć i zaprezentować ćwiczenia stabilizacyjne i wzmacniające odcinek szyjny kręgosłupa	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik potrafi prawidłowo zaplanować i dostosować formy codziennej aktywności fizycznej dla pacjentów z bólami głowy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik potrafi prawidłowo wytłumaczyć i zaprezentować ćwiczenia rozluźniające i uspokajające	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik minimalizuje odpady i wdraża recykling w pracy	Uczestnik rozpoznaje rodzaje odpadów w tym medycznych, minimalizuje ich wpływ na środowisko poprzez właściwą utylizację	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik organizuje stanowiska recyklingowe na różne rodzaje odpadów w gabinecie oraz je odpowiednio segreguje	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik promuje świadomość ekologiczną wśród pacjentów i współpracowników	Uczestnik informuje pacjentów i współpracowników o znaczeniu ekologicznych praktyk w diagnostyce i rehabilitacji	Test teoretyczny
	Uczestnik zachęca zespół do stosowania energooszczędnych urządzeń oraz redukcji zużycia wody oraz segregacji odpadów	Test teoretyczny
Dobiera techniki terapeutyczne do rodzaju bólu głowy z poszanowaniem zasad zrównoważonego rozwoju	Stosuje odpowiednie techniki manualne z ograniczeniem materiałów jednorazowych	Obserwacja w warunkach symulowanych
Tworzy cyfrową dokumentację procesu terapeutycznego	Wypełnia wzorcową kartę pacjenta w systemie elektronicznym	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wdraża e-rejestrację pacjenta zgodnie z zasadami ochrony danych	Przedstawia proces rejestracji pacjenta krok po kroku w symulacji	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje ekologiczne alternatywy materiałów i narzędzi terapeutycznych	Wybiera i uzasadnia wybór konkretnych materiałów (np. wielorazowych)	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Ocenia skuteczność wybranych działań terapeutycznych z uwzględnieniem aspektów środowiskowych	Analizuje przypadek terapeutyczny i identyfikuje wpływ na pacjenta oraz otoczenie	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

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

Grupę docelową usługi stanowią:

- fizjoterapeuci/osteopaci/chiropraktycy
- studenci kierunków fizjoterapia/osteopatia

Realizacja szkolenia

Szkolenie będzie realizowane według przelicznika godzin dydaktycznych:

1 godzina szkoleniowa = 45 minut

Szkolenie oparte jest na jednostkach dydaktycznych, co może powodować różnice między łączną liczbą godzin podaną w polu „Liczba godzin usługi” a czasem wykazanym w szczegółowym harmonogramie.

Przerwy nie są wliczane w czas usługi rozwojowej.

Ok. 70% czasu trwania szkolenia stanowią zajęcia praktyczne, co umożliwia uczestnikom zdobycie realnych umiejętności i doświadczenia w wykonywaniu zabiegów.

Podział godzin szkoleniowych:

- Godzin praktycznych: 11 godzin dydaktycznych
- Godzin teoretycznych: 5 godziny dydaktyczne

Walidacja prowadzona będzie przez inną osobę niż prowadzący szkolenie i jest wliczona w czas trwania usługi.

Sposób walidacji (godz. 15:30 – 16:15) - Dzień II :

1. Obserwacja w warunkach symulowanych – uczestnicy w parach realizują scenariusze z poleceniami (np. badanie górnego odcinka szyjnego kręgosłupa wraz z pokazem techniki mobilizacji).
2. Test teoretyczny – uczestnicy przystępują do testu celem sprawdzenia wiedzy teoretycznej

Warunki szkolenia

Organizator zapewnia w pełni wyposażoną salę szkoleniową, umożliwiającą realizację zajęć.

Materiały dydaktyczne:

- Materiały, sprzęt i akcesoria potrzebne do pracy,

- Materiały jednorazowego użytku,

Ekologiczne rozwiązania:

- Papier z recyklingu do skryptów,
- Ręczniki papierowe z recyklingu,
- Chusteczki bambusowe

Organizacja pracy podczas szkolenia:

- Szkolenie przeprowadzane jest w formie warsztatowej.
- Grupy maksymalnie 3-osobowe.

Szkolenie promuje:

- Odpowiedzialne zarządzanie zasobami wodnymi i zapewnienie higienicznych warunków w placówkach fizjoterapeutycznych
- Korzystanie z ekologicznych materiałów w gabinetach fizjoterapeutycznych i minimalizacja odpadów, wspierając zrównoważone praktyki
- Niefarmakologiczne sposoby skutecznego leczenia i zapobiegania w dolegliwościach bólowych głowy
- Cyfrowe narzędzia w dokumentacji i obsłudze pacjenta

Zgodność z FESL.10.17 i RSI Śląskie 2030

Szkolenie rozwija zielone kompetencje zawodowe w branży usług zdrowotnych, w szczególności:

- Zrównoważone podejście do terapii i planowania procesu leczenia,
- Gospodarowanie materiałami zgodnie z zasadami GOZ (gospodarki obiegu zamkniętego),
- Cyfryzacja procesów (e-dokumentacja, e-rejestracja),
- Podnoszenie świadomości środowiskowej i etycznej w pracy z pacjentem.

Tym samym usługa:

- Wpisuje się w cel strategiczny RSI 2030 „Zielone Śląskie – region zrównoważony i odporny”,
- Realizuje kierunki wspierania zielonych miejsc pracy i kompetencji przyszłości w sektorze ochrony zdrowia,
- Wzmacnia zielony kapitał ludzki i odporność systemu usług zdrowotnych w regionie.

Zakres szkolenia oraz rozwijane kompetencje wpisują się w definicję zielonych umiejętności zgodnie z klasyfikacją ESCO (opracowaną przez Komisję Europejską):

- Uczestnicy nauczą się identyfikować odpady powstające w toku pracy oraz poznają praktyczne sposoby ich skutecznej segregacji i kierowania do recyklingu.
- Szkolenie obejmuje zapoznanie się z przepisami dotyczącymi gospodarowania odpadami oraz recyklingu, w kontekście konkretnego stanowiska pracy i otoczenia zawodowego.
- Przekazywana wiedza obejmie również zasady ekologicznego funkcjonowania w miejscu pracy – w tym ograniczanie zużycia materiałów, odpowiedzialne korzystanie z zasobów wodnych i energetycznych oraz wdrażanie zrównoważonych rozwiązań na poziomie codziennych praktyk.
- Duży nacisk położony zostanie na rozwój postaw odpowiedzialnych środowiskowo – uczestnicy zostaną zachęceni do stosowania rozwiązań przyjaznych naturze, podejmowania świadomych decyzji w zakresie doboru narzędzi i materiałów, a także promowania takich działań w swoim otoczeniu zawodowym.
- Szkolenie ma również na celu wzbudzenie większej wrażliwości na kwestie ekologiczne i zaangażowanie uczestników w budowanie kultury pracy zgodnej z ideą zrównoważonego rozwoju.

Harmonogram szkolenia

Dzień 1 (czas trwania szkolenia razem z przerwami: 7 godzin , 15 minut – godziny zegarowe) czas trwania (bez przerw): 8 godzin dydaktycznych

Moduł nr 1 (9:00-10:30) - Zrównoważony rozwój w fizjoterapii

- Powitanie uczestników i przedstawienie etapów szkolenia
- Omówienie celów szkolenia oraz zielonych kompetencji
- Wykład i debata nt. sprawiedliwości pokoleniowej oraz wdrażaniu ekologicznych praktyk w terapii i proekologicznym zarządzaniu gabinetem
- Wykład i debata nt. korzyści z stosowania niefarmakologicznych metod leczenia i zapobiegania dolegliwościom bólowym głowy

Przerwa kawowa (10:30 – 10:45) - Nie wliczana w czas trwania usługi

Moduł nr 2 (10:45 - 12:15) - Podstawy teoretyczne bólów głowy i badanie pacjenta

- Klasyfikacja ICHD-3
- Anatomia i fizjologia bólów głowy
- Przyczyny powstawania bólów: napięciowych, szynopochodnych, migrenowych
- Przedstawienie badań naukowych na temat diagnostyki i leczenia różnych typów bólu głowy
- Przedstawienie badań naukowych na temat wpływu i skuteczności fizjoterapii w leczeniu bólu głowy
- Wywiad i badanie fizykalne pacjenta zgłaszającego dolegliwości bólowe głowy

Moduł nr 3 (12:15-13:00) - Cyfrowe narzędzia w dokumentacji i obsłudze pacjenta – zrównoważone podejście

- Wprowadzenie do e-dokumentacji w fizjoterapii:

- cele i korzyści cyfrowej dokumentacji (efektywność, bezpieczeństwo, ograniczenie papieru),

- podstawowe narzędzia i systemy wykorzystywane w gabinetach fizjoterapeutycznych.

- Praktyczne tworzenie dokumentacji elektronicznej:

- prowadzenie karty pacjenta w wersji cyfrowej,

- wprowadzanie informacji zgodnie z obowiązującymi standardami,

- bezpieczeństwo danych i zgodność z RODO.

- E-rejestracja pacjentów:

- przegląd rozwiązań do prowadzenia zapisów online (np. harmonogramy, systemy rezerwacyjne),

- omówienie ergonomii cyfrowej i zarządzania czasem.

- Minimalizacja zużycia zasobów dzięki cyfryzacji:

- jak e-narzędzia wspierają GOZ i ograniczają wpływ gabinetu na środowisko (papier, energia, transport).

- E-komunikacja z pacjentem jako element kultury ekologicznej:

- zasady kontaktu cyfrowego z pacjentem: e-mail, SMS, platformy do wideokonsultacji,

- promocja działań proekologicznych przez kanały cyfrowe.

Przerwa obiadowa (13:00-14:00) - Nie wliczana w czas trwania usługi

Moduł nr 4 (14:00-16:15) - Badanie i techniki terapeutyczne stosowane w przypadku szynopochodnych bólów głowy

- Badanie ruchomości pasywnej fizjologicznej i akcesorycznej segmentów górnego odcinka szyjnego kręgosłupa
- Testy bezpieczeństwa wykorzystywane przed wdrożeniem terapii manualnej górnego odcinka szyjnego kręgosłupa
- Techniki mobilizacji pasywnej segmentów górnego odcinka szyjnego kręgosłupa
- Techniki mobilizacji mięśniowej segmentów górnego odcinka szyjnego kręgosłupa
- Ćwiczenia podtrzymujące efekt terapeutyczny w przypadku szynopochodnych bólów głowy

Dzień 2 (czas trwania szkolenia razem z przerwami: 7 godzin , 15 minut – godziny zegarowe) czas trwania (bez przerw): 8 godzin dydaktycznych

Moduł nr 5 (9:00-10:30) - Migrena - podstawy teoretyczne

- Przedstawienie aktualnych teorii tłumaczących powstawanie migreny
- Przedstawienie protokołu diagnostycznego u pacjentów z migreną
- Współczesne sposoby leczenia farmakologicznego i fizjoterapeutycznego w przypadku migreny
- Aktualne doniesienia naukowe nt. 'higieny życia' u pacjentów z migreną

Przerwa kawowa (10:30 – 10:45) - Nie wliczana w czas trwania usługi

Moduł nr 6 (10:45 - 13:00) - Napięciowe bóle głowy - diagnostyka i leczenie

- Diagnostyka palpacyjna struktur mięśniowo-powięziowych generujących napięciowe bóle głowy
- Techniki terapii tkanek miękkich, mięśniowo-powięziowych punktów spustowych, MET w leczeniu napięciowych bólów głowy
- Techniki autoterapii pacjentów z napięciowymi bólami głowy
- Ćwiczenia stosowane w leczeniu napięciowych bólów głowy

Przerwa obiadowa (13:00-14:00) - Nie wliczana w czas trwania usługi

Moduł nr 7 (14:00-15:30) - Techniki uzupełniające leczenie bólów głowy różnego pochodzenia

- Techniki naczyniowe
- Techniki nakierowane na równoważenie autonomicznego układu nerwowego
- Techniki mobilizacji stawu skroniowo - żuchwowego

Moduł nr 8 (15:30 - 16:15) - Warsztaty praktyczne dotyczące organizacji gabinetu zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju.

Wprowadzenie do zielonej fizjoterapii i gospodarki o obiegu zamkniętym (GOZ):

- Zasady zrównoważonego rozwoju w branży usług zdrowotnych
- Rola fizjoterapeuty w zielonej transformacji
- Podstawy GOZ w kontekście gabinetów terapeutycznych:

- ograniczanie zużycia zasobów i materiałów jednorazowych

- wielorazowe środki pomocnicze i akcesoria

- selektywna zbiórka odpadów

- Znaczenie mikrodecyzji terapeuty dla środowiska i pacjenta

Dobór zrównoważonych metod terapeutycznych

- Terapia manualna – przegląd technik o niskim wpływie środowiskowym
- Wdrażanie technik oddechowych i pracy z ciałem jako alternatywa dla obciążających interwencji
- Praca z powięzią, tkanką miękką, strefami wyzwalania bólu – w ujęciu regeneracyjnym i ekologicznym
- Minimalizacja zużycia zasobów w gabinecie (np. kosmetyki, narzędzia, media)

Walidacja - test teoretyczny

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 13

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 13 Moduł 1	Tomasz Nowacki	25-10-2025	09:00	10:30	01:30
2 z 13 Przerwa kawowa	Tomasz Nowacki	25-10-2025	10:30	10:45	00:15
3 z 13 Moduł 2	Tomasz Nowacki	25-10-2025	10:45	12:15	01:30
4 z 13 Moduł 3	Tomasz Nowacki	25-10-2025	12:15	13:00	00:45
5 z 13 Przerwa obiadowa	Tomasz Nowacki	25-10-2025	13:00	14:00	01:00
6 z 13 Moduł 4	Tomasz Nowacki	25-10-2025	14:00	16:15	02:15
7 z 13 Moduł 5	Tomasz Nowacki	26-10-2025	09:00	10:30	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 13 Przerwa kawowa	Tomasz Nowacki	26-10-2025	10:30	10:45	00:15
9 z 13 Moduł 6	Tomasz Nowacki	26-10-2025	10:45	13:00	02:15
10 z 13 Przerwa obiadowa	Tomasz Nowacki	26-10-2025	13:00	14:00	01:00
11 z 13 Moduł 7	Tomasz Nowacki	26-10-2025	14:00	15:30	01:30
12 z 13 Moduł 8	Tomasz Nowacki	26-10-2025	15:30	16:00	00:30
13 z 13 Walidacja	-	26-10-2025	16:00	16:15	00:15

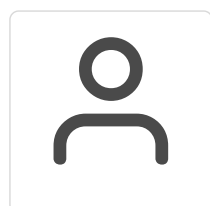
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 263,16 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 263,16 PLN
Koszt osobogodziny brutto	328,95 PLN
Koszt osobogodziny netto	328,95 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Tomasz Nowacki

Fizjoterapeuta, promotor zielonych kompetencji w diagnostyce i terapii fizjoterapeutycznej.

Absolwent kierunku fizjoterapia oraz studiów odnowy biologicznej na Wydziale Fizjoterapii Akademii Wychowania Fizycznego w Katowicach. Od 2013 roku asystent dydaktyczny Katedry Fizjoterapii Śląskiego Uniwersytetu Medycznego.

Absolwent kilkudziesięciu szkoleń specjalistycznych z zakresu fizjoterapii. Wieloletni asystent kursów terapii manualnej oraz stabilizacji wg standardów IFOMPT. Od 2016 roku prowadzi szkolenia specjalistyczne z zakresu: terapii bólów głowy, neuromobilizacji w terapii manualnej, rehabilitacji po

endoprotezoplastyce, masażu tkanek głębokich, diagnostyki i terapii tkanek miękkich. W 2025 roku ukończył szkolenia: 'Zrównoważony rozwój w MŚP', 'MŚP 4.0 - wyzwania transformacji cyfrowej', 'Gospodarka obiegu zamkniętego w MŚP'.

W ciągu ostatnich 5 lat rozwijał kompetencje w obszarze proekologicznej fizjoterapii i edukacji zdrowotnej, kładąc szczególny nacisk na pracę z pacjentami cierpiącymi na bóle głowy oraz wdrażanie praktyk zgodnych z zasadami zrównoważonego rozwoju. Doświadczenie obejmuje m.in. stosowanie technik ograniczających zużycie materiałów i energii w gabinecie, prowadzenie szkoleń z zakresu ergonomii, GOZ oraz promocji zdrowia w nurcie środowiskowym. W swojej pracy wprowadza także elementy cyfryzacji – np. dokumentację elektroniczną oraz e-rejestrację pacjentów – jako narzędzia wspierające zieloną transformację sektora zdrowia.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy szkolenia otrzymają:

- skrypt zawierający wszystkie materiały teoretyczne przedstawiane w trakcie szkolenia
- prezentacje w formacie pdf. na pendrive
- zajęcia praktyczne będą filmowane w trakcie szkolenia i udostępnione wszystkim uczestnikom
- ankiety
- testy

Adres

al. Wojska Polskiego 10

Chorzów

woj. śląskie

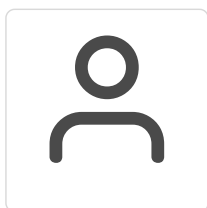
Realizacja usługi odbędzie się w placówce fizjoterapeutycznej NK Fizjoterapia w Chorzowie. Lokal składa się z 10 pomieszczeń (w tym 2 toalet) wyposażonych na potrzeby praktyki fizjoterapii dzieci i dorosłych oraz realizacji szkoleń z zakresu fizjoterapii.

Przed placówką znajduje się parking mogący pomieścić 16 samochodów, a kilkanaście metrów od wejścia do lokalu znajduje się przystanek autobusowy umożliwiający komunikację publiczną z ościennymi miastami.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Tomasz Nowacki

E-mail fizjoterapia.tomasz.nowacki@gmail.com

Telefon (+48) 668 464 867