



POLSKA AKADEMIA  
BIZNESU SPÓŁKA Z  
OGRA NICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ

★★★★★ 5,0 / 5

238 ocen

## SZKOLENIE KOSMETOLOGIA - Podstawowe Zabiegi: Masaż Kosmetyczny Twarzy, Szyi i Dekoltu, Peelingi Chemiczne Poziom Podstawowy, Mezoterapia Mikroigłowa- Terapie Anti-Aging. Szkolenie z uwzględnieniem zielonych kompetencji.

Numer usługi 2026/04/15/193740/3488801

📍 Poznań

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 39:00 h

📅 29.07.2026 do 01.08.2026

10 036,80 PLN brutto

8 160,00 PLN netto

257,35 PLN brutto/h

209,23 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

### Grupa docelowa usługi

Szkolenie przeznaczone jest dla osób, które chcą podnieść swoje kwalifikacje lub zdobyć nową wiedzę w zakresie planowania i wykonywania powierzchniowych zabiegów kosmetycznych z zastosowaniem peelingów chemicznych (AHA, BHA, PHA) o działaniu wyłącznie w obrębie naskórka oraz jednocześnie świadomie podchodząc do aspektów zdrowia, bezpieczeństwa i wpływu stosowanych preparatów na środowisko i zdrowie klientów. Brak wymaganych warunków, aby wziąć udział w szkoleniu. Wszelka wiedza zostanie przekazana na szkoleniu. oraz poszerzyć wiedzę uczestników z zakresu podstawowych procedur kosmetycznych. Szkolenie kierowane jest do osób, które chcą świadomie podchodzić do aspektów zdrowia, bezpieczeństwa oraz wpływu stosowanych preparatów i urządzeń na środowisko i zdrowie klientów. W trakcie szkolenia wykorzystywane są wyłącznie preparaty kosmetyczne (maska do masażu firmy Nailii, odpowiednia dla wszystkich typów skóry).

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

4

Data zakończenia rekrutacji

28-07-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

39

# Cel

## Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do samodzielnego przeprowadzenia zabiegów z zakresu podstaw masażu kosmetycznego oraz podstawowych peelingów chemicznych oraz dostarczy niezbędnej wiedzy teoretycznej do wykonywania zabiegu z uwzględnieniem zasad minimalizacji negatywnego wpływu na środowisko (racjonalne użycie preparatów, selekcja opakowań, bezpieczne usuwanie odpadów). Ponadto kurs zwiększy świadomość wpływu kosmetyki estetycznej na zdrowie i środowisko, promujące zrównoważone praktyki w branży beauty.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Omawia rodzaje skóry wraz z ich charakterystyką oraz dobiera powierzchniowe peelings chemiczne (AHA, BHA, PHA) o działaniu wyłącznie w obrębie naskórka, stosowane w gabinecie kosmetycznym, z uwzględnieniem świadomego doboru preparatów, wpływu składników aktywnych na zdrowie i środowisko oraz zasad minimalizacji odpadów.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Charakteryzuje rodzaje skóry oraz ich podział (sucha, tłusta, mieszana, wrażliwa, problematyczna).</li> <li>2.Omawia podstawowe elementy budowy skóry ze szczególnym uwzględnieniem naskórka oraz wskazuje różnicę między działaniem powierzchniowym a głębokim (z zaznaczeniem, że szkolenie obejmuje wyłącznie zabiegi powierzchniowe).</li> <li>3.Wskazuje i omawia rodzaje kwasów stosowanych podczas szkolenia m.in. peeling migdałowy 20-40%, peeling mlekowy 1-30 %, peeling laktobionowy 11-30%, peeling ferulowy 1-14%, przeznaczone wyłącznie do wykonywania zabiegów o działaniu powierzchniowym, w obrębie naskórka wraz z ich wpływem na zdrowie i środowisko.</li> <li>4.Omawia skład oraz mechanizm działania wymienionych peelingów i ich wpływ na kondycję naskórka oraz ich potencjał biodegradowalności i bezpieczeństwa ekologicznego.</li> <li>5.Wskazuje zasady racjonalnego zużycia preparatów oraz minimalizacji odpadów w gabinecie uwzględniając odpowiedzialne i oszczędne zużycie materiałów.</li> <li>6. Projektuje plan zabiegowy z wykorzystaniem wyłącznie peelingów powierzchniowych, bez ingerencji w skórę właściwą.</li> </ol>	<p>Wywiad swobodny</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Przygotowuje klienta do zabiegu kosmetycznego oraz wykonuje powierzchniowy peeling chemiczny zgodnie z obowiązującą procedurą, bez naruszania ciągłości skóry i ingerencji w jej głębsze warstwy. Uwzględnia przy tym świadomy dobór preparatów, wpływ składników aktywnych na zdrowie i środowisko oraz zasady minimalizacji odpadów.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Przeprowadza z klientem wywiad na temat stanu zdrowia w sposób zapewniający świadome planowanie zabiegu i minimalizację zużycia produktów.</li> <li>2.Omawia możliwe do osiągnięcia efekty peelingsów powierzchniowych (AHA, BHA, PHA) biorąc pod uwagę ich wpływ na środowisko.</li> <li>3. Dobiera odpowiednie preparaty powierzchniowe (m.in. peeling migdałowy 20–40%, peeling mlekowy 1–30%, peeling laktobionowy 11–30%, peeling ferulowy 1–14%) zgodnie z procedurą i indywidualnymi potrzebami skóry, zgodny z zasadami redukcji odpadów i odpowiedzialnego gospodarowania materiałami jednorazowymi.</li> </ol>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
<p>Zna anatomie mięśni twarzy, szyi i dekoltu. Rozróżnia techniki masażu kosmetycznego. Kwalifikuje klienta do masażu. Samodzielnie wykonuje masaż kosmetyczny. Łączy masaż z zabiegami pielęgnacyjnymi. Pracuje ergonomicznie i bezpiecznie. Stosuje zasady odpowiedzialnej kosmologii.</p> <p>Samodzielnie wykonuje podstawowy zabieg pielęgnacyjny i masaż Twarzy, Szyi, Dekoltu. Stosuje zasady higieny i bezpieczeństwa pracy w gabinecie. Pracuje zgodnie z zasadami zrównoważonej i odpowiedzialnej kosmologii z uwzględnieniem zasad higieny, segregacji odpadów i odpowiedzialnego użycia materiałów.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Charakteryzuje anatomie twarzy, szyi i dekoltu.</li> <li>2.Omawia właściwy dobór preparatów do zabiegu pielęgnacyjnego z naciskiem na ograniczanie zbędnych odpadów.</li> <li>3.Charakteryzuje prawidłowo wykonany masaż w sposób zapewniający świadome planowanie zabiegu i minimalizację zużycia produktów.</li> <li>4. Przestrzega zasad ergonomii, higieny, bezpieczeństwa i segregacji odpadów.</li> <li>5. Omawia pielęgnację domową z klientem z uwzględnieniem edukacji klienta w zakresie świadomego stylu życia wspierającego efekty zabiegów</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Poprawne wykonanie zabiegu pielęgnacyjnego oraz masażu klasycznego w sposób zapewniający świadome planowanie zabiegu i minimalizację zużycia produktów.</li> <li>2. Charakteryzuje wskazania i przeciwwskazania do zabiegu</li> <li>3. Wykonuje zabieg w sposób prawidłowy i zgodny z zasadami redukcji odpadów i odpowiedzialnego gospodarowania materiałami jednorazowymi.</li> </ol>	<p>Wywiad swobodny</p> <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

**Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?**

TAK

**Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?**

TAK

**Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?**

TAK

## Program

Szkolenie przeznaczone jest dla osób, które chcą podnieść swoje kwalifikacje lub zdobyć nową wiedzę w zakresie planowania i wykonywania powierzchniowych zabiegów kosmetycznych z zastosowaniem peelingów chemicznych (AHA, BHA, PHA) o działaniu wyłącznie w obrębie naskórka oraz jednocześnie świadomie podchodząc do aspektów zdrowia, bezpieczeństwa i wpływu stosowanych preparatów na środowisko i zdrowie klientów. Brak wymaganych warunków, aby wziąć udział w szkoleniu. Wszelka wiedza zostanie przekazana na szkoleniu, oraz poszerzyć wiedzę uczestników z zakresu podstawowych procedur kosmetycznych. Szkolenie kierowane jest do osób, które chcą świadomie podchodzić do aspektów zdrowia, bezpieczeństwa oraz wpływu stosowanych preparatów i urządzeń na środowisko i zdrowie klientów. W trakcie szkolenia wykorzystywane są wyłącznie preparaty kosmetyczne (maska do masażu firmy Nailii, odpowiednia dla wszystkich typów skóry).

Usługa przygotowuje do samodzielnego przeprowadzenia zabiegów z zakresu podstaw masażu kosmetycznego oraz podstawowych peelingów chemicznych oraz dostarczy niezbędnej wiedzy teoretycznej do wykonywania zabiegu z uwzględnieniem zasad minimalizacji negatywnego wpływu na środowisko (racjonalne użycie preparatów, selekcja opakowań, bezpieczne usuwanie odpadów). Ponadto kurs zwiększy świadomość wpływu kosmetyki estetycznej na zdrowie i środowisko, promujące zrównoważone praktyki w branży beauty.

### Zakres tematyczny szkolenia:

**DZIEŃ 1: Peelingi Chemiczne - Poziom Podstawowy**

**Część teoretyczna: (4 godziny i 35 minut)**

#### **Peelingi Chemiczne - Poziom Podstawowy - podstawowe informacje:**

- Bezpieczeństwo i higiena stanowiska, zasady dezynfekcji wraz z omówieniem zasad prawidłowego postępowania z odpadami medycznymi oraz przestrzegania przepisów ochrony środowiska.
- Budowa skóry i diagnostyka, podstawowe elementy skóry ze szczególnym uwzględnieniem naskórka, rodzaje cery i najczęstsze problemy, wywiad kosmetyczny z klientem, zabiegi mają charakter wyłącznie kosmetyczny i nie ingerują w skórę właściwą.

Charakterystyka peelingów chemicznych powierzchniowych AHA, BHA, PHA (kwas migdałowy 20–40%, kwas mlekowy 20–40%, kwas laktobionowy 10–30%, kwas ferulowy 1–14%) z omówieniem odpowiedzialnego doboru preparatów oraz wpływu składników aktywnych na zdrowie i środowisko.

- Podział peelingów chemicznych powierzchniowych rozszerzone o zasady zrównoważonego stosowania materiałów jednorazowych, racjonalnego gospodarowania odpadami oraz bezpiecznej, ekologicznej utylizacji.

#### **Techniki zabiegowe i przygotowanie do zabiegu:**

- Wskazania i przeciwwskazania do poszczególnych peelingów chemicznych powierzchniowych wzbogacone o edukację klienta w zakresie bezpiecznych, odpowiedzialnych i świadomych wyborów zabiegowych.
- Efekty i ryzyko związane z głębokością działania peelingów chemicznych powierzchniowych, z wyraźnym zaznaczeniem, że zabiegi obejmują wyłącznie naskórek i nie ingerują w skórę właściwą.

- Diagnostyka skóry obejmująca wywiad kosmetyczny i wypełnienie karty klienta, z uwzględnieniem świadomego planowania zabiegów powierzchniowych i bez procedur medycznych.
- Procedura przygotowawcza: pre-peeling uwzględniające świadomy dobór produktów, w tym ich skład, bezpieczeństwo i wpływ na środowisko, wykonywany wyłącznie w obrębie naskórka i bez procedur medycznych.
- Znaczenie tzw. *skin primingu* z akcentem na zmniejszanie zużycia materiałów i minimalizowanie ilości odpadów, oraz wykonywanie zabiegów wyłącznie w obrębie naskórka i bez procedur medycznych.
- Kiedy odradzić zabieg – przeciwwskazania do wykonywania peelingów chemicznych powierzchniowych, wykonywanych wyłącznie w obrębie naskórka i bez procedur medycznych.

#### **Część praktyczna: (4 godziny i 55 minut)**

- Diagnostyka i ocena skóry na modelkach przed wykonaniem peelingów chemicznych powierzchniowych, z zachowaniem zasad bezpieczeństwa i bez procedur medycznych.
- Wykonanie podstawowego zabiegu z użyciem peelingu chemicznego powierzchniowego (m.in. kwas migdałowy 20–40%, kwas mlekowy 20–40%, kwas laktobionowy 10–30%, kwas ferulowy 1–14% firmy Nanili) dopasowanego do potrzeb skóry, wykonywanego wyłącznie w obrębie naskórka i bez procedur medycznych z uwzględnieniem bezpiecznego postępowania z odpadami, prawidłowej segregacji, racjonalnego zużycia preparatów i materiałów oraz pracy zgodnej z zasadami ekologicznej i odpowiedzialnej kosmologii.

#### **Walidacja (15 minut)**

### **DZIEŃ 2: SZKOLENIE KOSMETOLOGIA – Podstawowe Zabiegi, Masaż Kosmetyczny Twarzy, Szyi i Dekoltu.**

#### **Część teoretyczna (4 godziny i 35 minut)**

##### **Podstawy pielęgnacji skóry i masażu:**

- znaczenie masażu w kosmologii z uwzględnieniem odpowiedzialnego doboru preparatów oraz wpływu składników aktywnych na zdrowie i środowisko,
- wpływ masażu na skórę i mięśnie,
- podstawy anatomii mięśni twarzy, szyi i dekoltu,
- działanie masażu na układ krążenia i limfatyczny,
- wskazania do masażu kosmetycznego z uwzględnieniem edukacji klienta w zakresie świadomego stylu życia wspierającego efekty zabiegów,
- przeciwwskazania do wykonywania masażu.

##### **Techniki masażu i przygotowanie klienta:**

- zasady bezpieczeństwa podczas masażu,
- ergonomia pracy kosmetyka,
- dobór preparatów do masażu wzbogacone o edukację klienta w zakresie bezpiecznych, odpowiedzialnych i świadomych wyborów zabiegowych,
- aspekty relaksacyjne i pielęgnacyjne masażu,
- świadome użycie kosmetyków wykorzystywanych podczas zabiegu z uwzględnieniem edukacji klienta w zakresie świadomego stylu życia wspierającego efekty zabiegów,
- zasady ekologicznej pracy manualnej,
- przygotowanie klienta do masażu,
- przygotowanie stanowiska pracy.

#### **Część praktyczna: (4 godziny i 55 minut)**

- dobór kosmetyków do masażu,
- wykonanie masażu twarzy, szyi i dekoltu z uwzględnieniem bezpiecznego postępowania z odpadami, prawidłowej segregacji, racjonalnego zużycia preparatów i materiałów oraz pracy zgodnej z zasadami ekologicznej i odpowiedzialnej kosmologii,
- połączenie masażu z zabiegiem pielęgnacyjnym,
- obserwacja reakcji skóry,
- dostosowanie techniki do klienta,
- zakończenie zabiegu i pielęgnacja końcowa,
- omówienie efektów zabiegu,
- stosowanie zasad higieny i ekologii.

#### **Walidacja (15 minut)**

Walidacja odbędzie się poprzez wywiad swobodny z kursantami oraz obserwację w warunkach rzeczywistych. Osoba przeprowadzająca walidację dołączy pod koniec części edukacyjnej. Osoba walidująca będzie obecna na sali, obserwując prace uczestniczek, nie ingerując w proces edukacyjny. Po części edukacyjnej osoba walidująca przeprowadzi z kursantami wywiad swobodny. Na wywiad swobodny przewidziane jest 15 minut na każdego uczestnika.

Usługa realizowana jest w godzinach dydaktycznych. 1 godzina = 45 minut. Przerwa jest wliczana w harmonogram szkolenia lecz nie wlicza się do ilości godzin usługi.

W ramach realizacji usługi w części praktycznej na jednego kursanta przypadają 2 modelki.

Obecność kursanta sprawdzana jest na podstawie listy obecności.

Usługa prowadzona jest maksymalnie w grupie 4-osobowej. W czasie trwania części teoretycznej kursanci siedzą przy stole, podczas gdy wykładowca omawia prezentację wyświetlaną na telewizorze. Podczas części praktycznej na każdego kursanta przypadają dwie modelki, na których kursant wykonuje zabieg peelingów chemicznych powierzchniowych przy fotelu kosmetycznym zgodnie z zasadami bezpieczeństwa i bez procedur medycznych.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 1

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 1 przerwa	MARTA KLIMECKA	01-08-2026	10:00	10:30	00:30

## Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania w wysokości co najmniej 70% przysługuje Tobie zwolnienie z podatku VAT

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	10 036,80 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	8 160,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	257,35 PLN
Koszt osobogodziny netto	209,23 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

## MARTA KLIMECKA

Marta Klimecka posiada wykształcenie wyższe kierunkowe w zakresie kosmetologii. W 2017 roku ukończyła studia licencjackie, a w 2019 roku studia magisterskie ze specjalizacją trychologia w Wyższej Szkole Zdrowia, Urody i Edukacji w Poznaniu. W trakcie studiów oraz po ich ukończeniu systematycznie podnosiła kwalifikacje zawodowe. W ostatnich 5 latach uczestniczyła w szkoleniach z zakresu kosmetologii pielęgnacyjnej, peelingów powierzchniowych, terapii skór problematycznych, technik łączonych oraz pracy z aparaturą kosmetologiczną wykorzystywaną w zabiegach regeneracyjnych i przeciwstarzeniowych.

W latach 2019–2024 prowadziła własny gabinet trychologiczno-kosmetologiczny, zdobywając ponad pięcioletnie doświadczenie praktyczne w planowaniu i realizacji terapii pielęgnacyjnych, dobieraniu peelingów chemicznych o działaniu powierzchniowym oraz łączeniu procedur manualnych z technologiami HiTech. Od 2022 roku prowadzi szkolenia i warsztaty dla branży beauty, realizując zajęcia teoretyczne i praktyczne. Posiadane wykształcenie, doświadczenie gabinetowe oraz szkoleniowe potwierdzają jej kompetencje do realizacji usług rozwojowych.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

W dniu rozpoczęcia szkolenia każda kursantka otrzymuje skrypt z podstawowymi informacjami poruszonymi na szkoleniu. Po zakończeniu szkolenia każda kursantka otrzymuje certyfikat w języku polskim.

### Informacje dodatkowe

Organizator szkolenia zapewnia niezbędne narzędzia do zajęć w trakcie szkolenia. Koszty dojazdu i zakwaterowania uczestnik pokrywa we własnym zakresie.

W przypadku gdy usługa będzie dofinansowana w wysokości min 70%, zostanie zwolniona z podatku VAT na podstawie DZ.U. z 2013.0.955 t.j. - Rozporządzenie Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień, zwolnienie z VAT zgodnie z treścią § 3 ust. 1 pkt 14

## Adres

ul. Starowiejska 7/1  
61-664 Poznań  
woj. wielkopolskie

Usługa odbędzie się przy ul. Starowiejskiej 7/1, Poznań. W budynku Akademii Szkoleniowej. Sala szkoleniowa przygotowana jest do prowadzenia zajęć teoretycznych oraz ćwiczeń praktycznych.

### Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

# Kontakt



**Monika Piórkowska**

**E-mail** [piorkowskaakademia@gmail.com](mailto:piorkowskaakademia@gmail.com)

**Telefon** (+48) 737 176 222