



SENSORIAMED
DOMINIKA
OSTROWSKA

★★★★★ 5,0 / 5
32 oceny

Refleksologia stóp - szkolenie z walidacją i certyfikacją kwalifikacji

Numer usługi 2026/07/29/185827/3716599

📍 Tarnowskie Góry
🏠 Usługa szkoleniowa
📅 stacjonarna
👥 Zajęcia grupowe
🕒 08:00 h
📅 15.09.2026 do 29.09.2026

1 537,50 PLN brutto
1 250,00 PLN netto
192,19 PLN brutto/h
156,25 PLN netto/h
183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne

Grupa docelowa usługi

Usługa skierowana jest do osób pełnoletnich, które zamierzają rozpocząć lub rozszerzyć działalność zawodową o zabiegi refleksologii stóp: kosmetologów, kosmetyczek, masażyistów, fizjoterapeutów, techników usług kosmetycznych, pracowników gabinetów odnowy biologicznej, SPA, hoteli i ośrodków wellness, a także osób prowadzących jednoosobową działalność gospodarczą w branży beauty i wellness planujących poszerzenie oferty usługowej. Od uczestników nie jest wymagane wcześniejsze doświadczenie w refleksologii – wymagana jest natomiast gotowość do pracy praktycznej w parach oraz brak przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania pracy manualnej.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

6

Data zakończenia rekrutacji

14-09-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat ICVC - SURE (Standard Usług Rozwojowych w Edukacji): Norma zarządzania jakością w zakresie świadczenia usług rozwojowych

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do samodzielnego i bezpiecznego świadczenia usług z zakresu refleksologii stóp, tj. do przeprowadzenia wywiadu i kwalifikacji klienta do zabiegu, zaplanowania pełnej sekwencji zabiegowej, opracowania stref odruchowych wszystkich układów narządowych oraz prowadzenia dokumentacji zabiegowej zgodnie z zasadami BHP, higieny i etyki zawodowej. Usługa kończy się walidacją i certyfikacją prowadzącą do uzyskania kwalifikacji rynkowej niewłączonej do ZSK.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje teoretyczne i anatomiczne podstawy refleksologii stóp.	omawia założenia teorii strefowej, w tym przebieg linii pionowych i poziomych odwzorowanych na stopie	Test teoretyczny
	opisuje budowę anatomiczną stopy w zakresie istotnym dla pracy refleksologa	Test teoretyczny
	przyporządkowuje strefy odruchowe do odpowiadających im układów narządowych	Test teoretyczny
	wyjaśnia zasadę odczytywania mapy refleksologicznej stopy.	Test teoretyczny
Kwalifikuje klienta do zabiegu refleksologii stóp.	wymienia wskazania do wykonania zabiegu refleksologii stóp	Test teoretyczny
	różnicuje przeciwwskazania bezwzględne i czasowe	Test teoretyczny
	określa zakres informacji pozyskiwanych podczas wywiadu i dokumentowanych w karcie klienta	Test teoretyczny
	wskazuje sytuacje wymagające odstąpienia od zabiegu i skierowania klienta na konsultację medyczną	Test teoretyczny
	charakteryzuje chwytty rozluźniające stosowane w fazie wstępnej zabiegu	Test teoretyczny
Planuje przebieg zabiegu refleksologii stóp z doбором właściwych technik.	opisuje technikę pracy kciukiem i palcami	Test teoretyczny
	dobiera siłę nacisku, głębokość bodźca oraz tempo pracy do reakcji i potrzeb klienta	Test teoretyczny
	ustala kolejność opracowania stref odruchowych w pełnej sekwencji zabiegowej	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Omawia zasady opracowania stref odruchowych poszczególnych układów narządowych.	lokalizuje strefy głowy, karku, obręczy barkowej, klatki piersiowej, płuc i przepony	Test teoretyczny
	lokalizuje strefy układu pokarmowego, nerek i dróg moczowych oraz strefy kręgosłupa, miednicy i narządu ruchu	Test teoretyczny
	charakteryzuje zasady pracy na grzbiecie stopy oraz w obszarach związanych z układem limfatycznym	Test teoretyczny
	wskazuje możliwe reakcje pozabiegowe oraz sposób postępowania w przypadku ich wystąpienia	Test teoretyczny
Stosuje zasady BHP, higieny i etyki zawodowej w pracy refleksologa.	opisuje procedury sanitarno-higieniczne przygotowania stanowiska pracy, rąk terapeuty i stóp klienta	Test teoretyczny
	charakteryzuje zasady ergonomii pracy terapeuty ograniczające ryzyko przeciążeń	Test teoretyczny
	określa granice kompetencji refleksologa w odniesieniu do kompetencji personelu medycznego	Test teoretyczny
	wskazuje zasady zapewnienia klientowi komfortu, poczucia bezpieczeństwa oraz ochrony jego danych	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://my-ps.eu>

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację

Podmiot zewnętrzny

Program

Szkolenie Refleksologia stóp jest jednodniowym, intensywnym kursem zawodowym o charakterze warsztatowym, obejmującym 8 godzin zegarowych, z czego 6 godzin i 45 minut stanowią zajęcia merytoryczne, 15 minut - formalna walidacja, a 60 minut - przerwy wynikające ze standardu usługi rozwojowej. Program został skonstruowany w układzie modułowym od podstaw teoretycznych przez opanowanie techniki manualnej, aż po samodzielne wykonanie pełnej sekwencji zabiegowej. Proporcje czasu zostały ustalone tak, aby zdecydowaną większość szkolenia stanowiła praktyka na modelach i praca w parach pod bezpośrednim nadzorem trenera.

Zakres tematyczny usługi obejmuje:

- teoretyczne i historyczne podstawy refleksologii,
- koncepcję strefowości oraz odwzorowania ciała na stopie,
- anatomię stopy i topografię stref odruchowych,
- wskazania i przeciwwskazania do zabiegu,
- zasady wywiadu i dokumentacji zabiegowej,
- techniki rozluźniające i precyzyjną pracę kciukiem oraz palcami,
- opracowanie stref odruchowych wszystkich układów narządowych,
- pracę na grzbiecie stopy i w obszarach związanych z układem limfatycznym,
- łączenie technik w pełną sekwencję zabiegową,
- BHP, higieny, ergonomii i etyki zawodowej refleksologa.

Przebieg szkolenia

Szkolenie rozpoczyna się blokiem organizacyjnym, podczas którego trener przedstawia cel usługi, efekty uczenia się, warunki dopuszczenia do walidacji oraz zasady jej przeprowadzenia i dokumentowania. Uczestnicy otrzymują materiały szkoleniowe i zapoznają się z zasadami BHP obowiązującymi w sali warsztatowej.

Moduł I ma charakter wykładu z prezentacją multimedialną i pokazem. Uczestnicy poznają genezę metody, założenia teorii strefowej oraz anatomię stopy w ujęciu funkcjonalnym. Wprowadzana jest mapa refleksologiczna - uczestnicy uczą się odczytywać linie pionowe i poziome oraz przyporządkowywać obszary stopy do poszczególnych układów narządowych. Omawiane są wskazania i przeciwwskazania (bezwzględne i czasowe), zasady prowadzenia wywiadu z klientem oraz standardy sanitarno-higieniczne i ergonomia stanowiska pracy.

Moduł II otwiera część warsztatową. Trener demonstruje chwyt rozluźniający i sposób przygotowania stopy do pracy, a następnie uczestnicy odtwarzają je w parach. Kluczowym elementem modułu jest opanowanie techniki pracy kciukiem i palcami - uczestnicy ćwiczą ruch, dobór siły nacisku, głębokość bodźca oraz tempo pracy, otrzymując bieżącą korektę indywidualną. W drugiej części modułu opracowywane są strefy odruchowe głowy, karku, obręczy barkowej, klatki piersiowej, płuc i przepony.

Moduł III obejmuje strefy narządów wewnętrznych oraz narządu ruchu: układu pokarmowego, nerek i dróg moczowych, kręgosłupa i mięśni przykręgosłupowych, stawów kolanowych i biodrowych, miednicy, nerwu kulszowego oraz układu rozrodczego. Praca odbywa się w parach z zamianą ról, tak aby każdy uczestnik pracował zarówno jako terapeuta, jak i jako model - co pozwala na weryfikację odczuć i precyzji bodźca.

Moduł IV obejmuje pracę na grzbiecie stopy, techniki drenażowe w obszarach związanych z układem limfatycznym oraz integrację wszystkich poznanych elementów w płynną, pełną sekwencję zabiegową. Uczestnicy wykonują całościowy zabieg pod nadzorem trenera, otrzymując informację zwrotną dotyczącą kolejności działań, płynności przebiegu, ergonomii i komunikacji z klientem.

Blok przedegzaminacyjny stanowi egzamin wewnętrzny praktyczny, opisany szczegółowo poniżej. Szkolenie zamyka formalna walidacja w postaci testu teoretycznego przeprowadzanego przez osobę walidującą.

Egzamin wewnętrzny praktyczny

Przed przystąpieniem do formalnej walidacji każdy uczestnik przystępuje do egzaminu wewnętrznego praktycznego, który przeprowadza trener prowadzący zajęcia. Egzamin polega na wykonaniu na modelu wskazanego przez trenera fragmentu lub pełnej sekwencji zabiegowej i jest oceniany na podstawie standaryzowanej Karty Oceny obejmującej: prawidłowość przygotowania stanowiska i klienta, poprawność techniki pracy kciukiem i palcami, trafność lokalizacji stref odruchowych, dobór siły nacisku i tempa pracy, ergonomię oraz komunikację z klientem. Egzamin wewnętrzny praktyczny stanowi element procesu kształcenia, a nie procesu walidacji. Jego pozytywne

zaliczenie jest warunkiem dopuszczenia uczestnika do formalnej walidacji. Trener, na podstawie wyniku egzaminu wewnętrznego, potwierdza gotowość uczestnika i dopuszcza go do przystąpienia do walidacji przeprowadzanej przez osobę walidującą. Wynik egzaminu wewnętrznego nie jest tożsamy z wynikiem walidacji i nie stanowi podstawy nadania kwalifikacji.

Sposób organizacji walidacji

Walidacja odbywa się w ostatniego dnia szkoleniowego o 16:45 i przeprowadzana jest przez walidatora, który zostanie wskazana przez organizatora usługi na 7 dni przed datą rozpoczęciem się szkolenia. Walidator jest osobą inną niż trener prowadzący zajęcia, co zapewnia rozdzielność funkcji pomiędzy procesem kształcenia a walidacją zgodnie z Regulaminem BUR. Uczestnicy walidacji poznają wynik egzaminu tego samego dnia po napisaniu testu teoretycznego.

- Metoda walidacji: test teoretyczny - jedyna metoda zastosowana dla wszystkich pięciu efektów uczenia się i przypisanych im kryteriów weryfikacji.
- Forma: test pisemny obejmujący pytania odnoszące się do wszystkich efektów uczenia się, oceniany przez osobę walidującą na podstawie klucza odpowiedzi opracowanego przez wskazaną międzynarodową instytucję certyfikującą.
- Warunek zaliczenia: uzyskanie co najmniej 70% punktów możliwych do zdobycia.
- Warunek przystąpienia: pozytywny wynik egzaminu wewnętrznego praktycznego przeprowadzonego przez trenera prowadzącego.
- Dokumentowanie: protokół walidacji wraz z indywidualnymi arkuszami odpowiedzi, przechowywany przez Dostawcę Usług

Certyfikat

Na podstawie pozytywnego wyniku walidacji uprawniony podmiot certyfikujący wydaje dokument potwierdzający nadanie kwalifikacji, zawierający szczegółowy wykaz osiągniętych efektów uczenia się. W terminie realizacji usługi uwzględniono okres oczekiwania na wynik walidacji oraz na dokument wystawiany przez podmiot certyfikujący.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 10

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 10 Wprowadzenie do szkolenia	Zajęcia	Dominika Ostrowska	15-09-2026	09:00	09:20	00:20
2 z 10 Moduł I - Podstawy teoretyczne i anatomiczne	Zajęcia	Dominika Ostrowska	15-09-2026	09:20	10:45	01:25
3 z 10 -	Przerwa	-	15-09-2026	10:45	10:55	00:10
4 z 10 Moduł II - Warsztat techniczny i strefy górnej części ciała	Zajęcia	Dominika Ostrowska	15-09-2026	10:55	12:55	02:00
5 z 10 -	Przerwa	-	15-09-2026	12:55	13:35	00:40

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 10 Moduł III - Strefy narządów wewnętrznych i narządu ruchu	Zajęcia	Dominika Ostrowska	15-09-2026	13:35	15:10	01:35
7 z 10 Moduł IV - Grzbiet stopy, układ limfatyczny i integracja zabiegu:	Zajęcia	Dominika Ostrowska	15-09-2026	15:10	16:00	00:50
8 z 10 -	Przerwa	-	15-09-2026	16:00	16:10	00:10
9 z 10 Egzamin wewnętrzny praktyczny	Zajęcia	Dominika Ostrowska	15-09-2026	16:10	16:45	00:35
10 z 10 -	Walidacja	-	15-09-2026	16:45	17:00	00:15

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	08:00
w tym suma godzin zajęć	06:45
w tym suma godzin walidacji	00:15
w tym suma przerw	01:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	09:15

Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania za zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2024 r. o podatku od towarów i usług, jeśli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 537,50 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 250,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	192,19 PLN
Koszt osobogodziny netto	156,25 PLN
W tym koszt walidacji brutto	123,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	100,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	246,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	200,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	08:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Dominika Ostrowska

Pani Dominika to doświadczona trenerka i edukatorka zdrowotna, która od ponad 9 lat z powodzeniem prowadzi szkolenia , a jej prawdziwą pasją są terapie naturalne, w szczególności akupunktura kosmetyczna, pinezkowanie twarzy i terapia Bowena. Swoją praktykę prowadzi w Tarnowskich Górach, gdzie z powodzeniem łączy medycynę naturalną z nowoczesnym podejściem do zdrowia i estetyki. Jej doświadczenia w dziedzinie akupunktury pozwalają na holistycznym podejściu do każdego klienta, zarówno w zakresie poprawy wyglądu skóry, redukcji zmarszczek, jak i poprawy ogólnego samopoczucia. Pani Dominika słynie z dbałości o wysoką jakość przekazywanej wiedzy. Prowadzone przez nią szkolenia kierowane są do osób które chcą zdobyć kwalifikacje z zakresu skutecznych, naturalnych metody pracy z twarzą i ciałem. Dzięki praktycznemu doświadczeniu oraz zaangażowaniu w rozwój uczestników, każde szkolenie prowadzone przez Panią Dominikę to połączenie wiedzy, pasji i realnych efektów. Dominika posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą publikacji usługi w BUR.

Międzynarodowa Szkoła Akupunktury AcuArt w Katowicach (marzec 2026).
Terapia Bowena (maj 2025)
Szkolenie BODY PROCES (maj 2024).
Terapia bańkami chińskimi (luty 2024)
Masaż gorącymi kamieniami (czerwiec 2024)
Szkolenie Japoński Masaż Kobido (sierpień 2023).
Szkolenie ACCES BARS PRACTITIONER (czerwiec 2023).
Szkolenie Soul Body Fusion (sierpień 2023)

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- Skrypt szkoleniowy - obszerny materiał dydaktyczny w formie papierowej
- Notatnik i długopis
- Niezbędne materiały do wykonania zabiegów podczas szkolenia

Informacje dodatkowe

- Podstawa zwolnienia: "Zwolnienie z VAT na podstawie §3 ust.1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień 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 (Dz.U. z 2025 r., poz.832)
- Usługa realizowana w formie usługi stacjonarnej, zostanie w całości zrealizowana zgodnie z aktualnie obowiązującymi przepisami prawa i zaleceniami Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektoratu Sanitarnego.
- W przypadku potrzeby zapewnienia specjalnych udogodnień, przed zapisem na usługę prosimy o kontakt
- Program szkolenia stanowi własność intelektualną firmy szkoleniowej Sensoriamed
- W przypadku nieosiągnięcia minimalnej liczby uczestników organizator może zmienić termin realizacji usługi po wcześniejszym poinformowaniu zapisanych kursantów oraz właściwych operatorów dofinansowania.

Adres

ul. Ratuszowa 12
42-600 Tarnowskie Góry
woj. śląskie

Kontakt



Grzegorz Ostrowski

E-mail sensoriamed@gmail.com

Telefon (+48) 604 330 547