

## HARMONOGRAM SZKOLENIA

|                                      |   |                   |           |                   |
|--------------------------------------|---|-------------------|-----------|-------------------|
| <b>Tytuł projektu</b>                | <b>Projekt: „Kierunek – zawodowy sukces!”</b> |                   |           |                   |
| <b>Nazwa szkolenia</b>               | <b>Kurs: Kosmetyczny</b>                      |                   |           |                   |
| <b>Numer grupy</b>                   | <b>5/KOS3/KZS/12/TARNOBRZEG</b>               |                   |           |                   |
| <b>Ilość osób</b>                    | <b>11</b>                                     |                   |           |                   |
| <b>Ilość godzin szkolenia</b>        | <b>150 h</b>                                  |                   |           |                   |
| <b>Miejsce organizacji szkolenia</b> | <b>Ul. Jachowicza 12, 39-400 Tarnobrzeg</b>   |                   |           |                   |
| <b>Termin szkolenia</b>              | <b>od</b>                                     | <b>15.12.2020</b> | <b>do</b> | <b>15.01.2021</b> |

| Lp. | Data szkolenia    | Godziny realizacji szkolenia | Przedmiot /Temat  | Liczba godzin szkolenia | Typ zajęć | Prowadzący |
|-----|-------------------|------------------------------|---|-------------------------|-----------|------------|
| 1.  | <b>15.12.2020</b> | <b>8.30-17.00</b>            | -BHP i higiena pracy w salonie kosmetycznym.<br>-Dezynfekcja, sterylizacja, dbanie o narzędzia pracy.<br>-Przygotowanie stanowiska wizażysty, stylisty.<br>-Narzędzia pracy, rodzaje w zależności od zastosowania.<br>-Podział i zastosowanie pędzli.<br>-Bezpieczny kufer.<br>-Skóra - budowa i jej rodzaje właściwe rozpoznanie, cechy. | 10                      | T/P       |            |
| 2.  | <b>18.12.2020</b> | <b>8.00-16.30</b>            | -BHP pracy stylistki<br>-Narzędzia pracy, dezynfekcja, prawidłowa sterylizacja<br>-Przygotowanie stanowiska pracy. Materiały i narzędzia niezbędne do wykonania manicure. Rodzaje manicure. Rodzaje pilników.<br>Manicure biologiczny.<br>Manicure hybrydowy.<br>Rodzaje baz i topów.   | 10                      | T/P       |            |

|    |            |            |  |    |     |  |
|----|------------|------------|--|----|-----|--|
|    |            |            | -Przygotowanie płytki do wykonania zabiegu manicure hybrydowego.<br>-Prawidłowa aplikacja koloru, kolejność wykonania.   |    |     |  |
| 3. | 19.12.2020 | 8.00-16.30 | Światło, rodzaje i zastosowanie w kosmetyce. Omówienie: rodzaje lamp i sprzętu kosmetycznego i zabiegów w zależności od potrzeb klientki i kondycji skóry, omówienie przeciwwskazań.   | 10 | T/P |  |
| 4  | 28.12.2020 | 8.00-16.30 | -Rodzaje maseczek i peelingów-zastosowanie w zależności od kondycji skóry, ćwiczenia.<br>-Podział materiałów na sypkie, płynne.<br>-Korektory, kamuflaże, bazy – cechy, rodzaje i zastosowanie<br>-Makijaż dzienny, cechy, ćwiczenia | 10 | T/P |  |
| 5. | 29.12.2020 | 8.00-16.30 | -Henna brwi i rzęs<br>-Wskazania do zabiegu henny<br>-Przeciwwskazania do zabiegu henny<br>-Kształty twarzy, korekta łuku brwiowego z uwzględnieniem kształtu, konturowanie na sucho i mokro, strobing.<br>-Makijaż wieczorowy.      | 10 | T/P |  |
| 6. | 30.12.2020 | 8.00-16.30 | -Zabiegi na twarz, szyję dekolte.<br>-Omówienie zabiegów i ćwiczenia,<br><br>-Peeling kawitacyjny,<br><br>sonoforeza, mikrodermobrazja, darsonwalizacja ,wykorzystanie wapozone w zabiegu manualnego oczyszczania twarzy             | 10 | T/P |  |

Projekt „Kierunek - zawodowy sukces!” realizowany w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 w ramach Poddziałania 1.2.1

|     |            |            |   |    |     |  |
|-----|------------|------------|---|----|-----|--|
| 7.  | 04.01.2021 | 8.00-16.30 | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Materiały i narzędzia do wykonania zabiegu pedicure,</li> <li>-Przygotowanie stanowiska pracy</li> <li>-Przeciwwskazania do wykonania zabiegu. Omówienie zabiegów pedicure i różnice między nimi</li> <li>-Wykonanie zabiegu, ćwiczenia.</li> </ul> | 10 | T/P |  |
| 8.  | 05.01.2021 | 8.00-16.30 | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Choroby skóry, genetyczne i nabyte, zapobieganie,</li> <li>-Zabiegi odżywcze dla cery odwodnionej, naczynkowej, problemowej</li> <li>- Masaż twarzy</li> <li>-Zabiegi pielęgnacyjne twarz, szyja, dekolt .</li> </ul>                               | 10 | T/P |  |
| 9.  | 07.01.2021 | 8.00-16.30 | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Depilacja twarzy i ciała</li> <li>-Wskazania i przeciwwskazania do wykonania zabiegu</li> <li>-Przygotowanie klienta do zabiegu</li> <li>-Wykonanie zabiegu depilacji</li> </ul>  | 10 | T/P |  |
| 10. | 08.01.2021 | 8.00-16.30 | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Rachunkowość zawodowa</li> <li>-Działalność gospodarcza</li> <li>-Prawo pracy. Ochrona środowiska. Rysunek zawodowy</li> </ul>  | 10 | T/P |  |
| 11. | 11.01.2021 | 8.00-16.30 | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Zabiegi na ciało ujędrniające, antycellulitowe, liposukcja, body wrapping, peelingi, masaże ciała.</li> </ul>   | 10 | T/P |  |

Projekt „Kierunek - zawodowy sukces!” realizowany w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 w ramach Poddziałania 1.2.1

|                                   |            |            |  |                                    |     |  |
|-----------------------------------|------------|------------|--|------------------------------------|-----|--|
| 12.                               | 12.01.2021 | 8.00-16.30 | <p>-Omówienie typów urody</p> <p>- Dobór makijażu do koloru tęczy .Koło barw. Rodzaje i aplikacja kępek. Brokaty ,pigmenty. Makijaż ślubny.</p>  | 10                                 | T/P |  |
| 13.                               | 13.01.2021 | 8.00-16.30 | <p>-Zabiegi na twarz, szyję dekol. .</p> <p>-Omówienie zabiegów i ćwiczenia, galwanizacja twarzy i ciała.</p> <p>-Peeling kawitacyjny, jonoforeza,sonoforeza, lumi Spa, mikrodermobrazja</p> | 10                                 | T/P |  |
| 14.                               | 14.01.2021 | 8.00-16.30 | <p>-Zabieg parafinowy, rodzaje parafiniarek.</p> <p>-Zalety zabiegu i przeciwwskazania</p> <p>-Krioterapia w kosmetyce.</p> <p>-Powtórzenie materiału</p>                                    | 10                                 | T/P |  |
| 15.                               | 15.01.2021 | 8.00-16.30 | <p>Zabiegi pielęgnacyjne na twarz ,szyję oraz dekol</p> <p>Egzamin</p>   | 10                                 | T/P |  |
| <b>ŁĄCZNA LICZBA GODZIN KURSU</b> |            |            |  | <b>150 h<br/>(teoria+praktyka)</b> |     |  |



Projekt „Kierunek - zawodowy sukces!” realizowany w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 w ramach Poddziałania 1.2.1

|                  |
|------------------|
| 8.00-8:45        |
| 8:45-9:30        |
| 10 minut przerwy |
| 09.40 – 10.25    |
| 10:25-11:10      |
| 30 minut przerwy |
| 11.40 – 12.25    |
| 12:25-13:10      |
| 10 minut przerwy |
| 13.20 – 14.05    |
| 14.05.-14.50     |
| 10 minut przerwy |
| 15.00 – 15.45    |
| 15.45 – 16.30    |

|                  |
|------------------|
| 8.30 – 9.15      |
| 9.15 – 10.00     |
| 10 minut przerwy |
| 10.10 – 10.55    |
| 10.55 – 11.40    |
| 30 minut przerwy |
| 12.10 – 12.55    |
| 12.55 – 13.40    |
| 10 minut przerwy |
| 13.50 – 14.35    |
| 14.35 – 15.20    |
| 10 minut przerwy |
| 15.30 – 16.15    |
| 16.15 – 17.00    |