

MESTO Csoport Kft

Engedély száma: E/2021/000064

Képzési program

Regeneráló wellness szakember tanfolyamhoz

1.1 Képzés megnevezése	Regeneráló wellness szakember
1.2 Programkövetelmény megnevezése	Regeneráló wellness szakember
1.3 Programkövetelmény azonosító száma	09154003
1.4 A képzés célja	A szakmai képzés keretén belül megismertetni a tanfolyami résztvevőkkel a regeneráló wellness szakember feladatköréhez tartozó - a képzési program tananyagegységeiben felsorolt témákhoz kapcsolódó - elméleti és gyakorlati tudnivalókat
1.5 A képzés célcsoportja	Vállalati vezetők döntése alapján beiskolázott munkavállalók és / vagy a saját elhatározásukból fejlődni, tovább lépni akaró személyek. A képzési program elérhető minden olyan egyén számára is, aki a belépési feltételeknek megfelel és a képzési programmal elérhető új szakmai képesítés megszerzését tűzte ki célként maga elé.
1.6 Tervezett képzési idő	360 óra
1.7 Maximális csoportlétszám	40 fő

2. A képzés során megszerezhető kompetenciák

A szakképesítéssel rendelkező képes:

- Munkaszerződést kötni, megérteni a munkaszerződés tartalmi elemeit és a munkajogviszony létesítésekor érvényesíteni a munkavállalói jogait. Teljesíteni a munkaszerződés szerinti kötelezettségeit. Betartatni a munka, - tűz és balesetvédelmi szabályokat és előírásokat.
- Ismereteit felhasználva megteremteni a regeneráló-, valamint a svédmasszázs, a szépészeti és az aromaterápiás kezelések, módszer specifikus higiénés feltételeit
- A masszázs megkezdése előtt hitelesen, szakszerűen tájékoztatni a vendéget a masszázs kivitelezésének módjáról és szükség esetén edukálni. Előkészíteni a masszázst a vendég fogadására. Kiválasztani a vendég helyes pozícionálásának módját figyelembe véve a vendég egészségi állapotát és az intimitás szabályait.
- Kommunikálni a vendéggel a szakmai kommunikáció elemeinek, valamint a helyzet- és masszázstechnika függő speciális kommunikációra vonatkozó ismereteinek felhasználásával. Elhárítani az esetlegesen felmerülő kommunikációs zavarokat.
- Eleget tenni a masszázst szakmában elvárt etikai és titoktartási alapkövetelményeknek, munkáját az adott masszázsfajtának megfelelő etikai előírás szerint végezni.

- Elsősegélynyújtásnál felmérni a sérült/sérültek állapotát, biztosítani a baleset helyszínét. Kommunikálni a sérülttel/ sérültekkel, mentőkkel. Képes a légzés, a keringés és az egyéb életjelenségek vizsgálatára, szükség esetén újraéleszteni, megtenni a megtanult teendőket eszméletvesztés során vérzést csillapítani szükség esetén, BLS-t végezni.
- Masszőr munkáját az elméleti képzésen megszerzett anatómiai, bőr és belgyógyászati ismeretekre építve kivitelezni.
- A regeneráló wellness szakember munkája során a képzésen megszerzett sokoldalú elméleti tudást a vendéghez igazítva szintetizálni, aktualizálni, a munkájában minőségorientáltan megjeleníteni.
- A svédmasszázs alapfogásainak megfelelően, kiválasztani a masszázshoz szükséges vivőanyagokat, elhelyezni, képes teljes test és az egyes testtájak részmasszázsára.
- Szakszerűen kivitelezni az alakformáló és szépészeti masszázst, valamint: méz- csokoládé-, szárazkefe masszázst, cellulit masszázst fóliázással és köpölyözéssel, frissítő lábmasszázst, székes-irodai masszázst, Hammam masszázst.
- Kiválasztani a köpölyözés kivitelezése során a megfelelő fajtájú és méretű köpölyt, és azokkal hatékony cellulit kezelést valósítani meg.
- A székes-irodai masszázs feltételeit, sajátosságait és a masszázs során érintett területeket megnevezni. A masszázs egészségmegőrző, egészségjavító hatását, a vérellátásra, közérzetre, koncentrációra és hatékonyságra gyakorolt hatását az egyéb masszázsfajtákkal összehasonlítani, igény esetén a masszázst megtervezni, szemléltetni.
- A svédmasszázs fogásait használva, a ruhán keresztül végzett székes-irodai masszázst a gyakorlatban kivitelezni.
- A Hammam masszázs speciális feltételeit megvalósítani, indikációit, kontraindikációit gondosan megítélni, a masszázst és annak speciális feltételeit megtervezni, a masszázst kivitelezni.
- Aroma masszázs kivitelezése során kiválasztani a különböző aromaanyagokat a masszázs céljának megfelelően. A masszázs kivitelezése során kiválasztani és felhasználni a kezelés fajtájának megfelelő különböző vivő és aromaanyagokat. Alkalmazni az illóolajok, aromaanyagok, gyógynövények felhasználásának és keverésének szabályait a kezelés során.

- Fejlesztani a regeneráló masszázsismereteit, tudását, és ehhez alkalmazni a tudásszerzés különböző módszereit (különös tekintettel a gyakorlati és mozgóképi formákra).

3. A programba való bekapcsolódás és részvétel feltételei

3.1 Iskolai végzettség	érettségi végzettség
3.2 Szakmai előképzettség	-
3.3 Egészségügyi alkalmassági követelmények	Szükséges
3.4 Előírt gyakorlat	-
3.5 Részvétel követésének módja	A képzésben résztvevő által aláírt jelenléti ív (és/vagy a képzésben résztvevővel elektronikus úton folytatott szakmai felkészítést ellenőrző, igazoló dokumentum)
3.6 Megengedett hiányzás	20% (A felnőttképzési szerződés azonnali hatállyal felmondható, ha a képzésben részt vevő személy a kontaktórákról a képzési programban meghatározott időnél igazolatlanul többet mulasztott.)
3.7 Egyéb feltételek	A képzésre jelentkező kérheti előzetes tudásának mérését, melynek eredményét figyelembe véve kell a résztvevő számára a képzés óraszámát meghatározni.

4. A tananyag egységei, azok célja, terjedelme és óraszámai

Tananyagegységek		Képzésbe beszámítható óraszám	Ebből
			Kontaktóra - hagyományos tanóra és valós idejű online óra, Önálló felkészülés
4.1.	Anatómia	40	40
4.2.	Funkcionális anatómia	58	58
4.3.	Bőrgyógyászat	14	14
4.4.	Belgyógyászat	14	14
4.5.	Masszázs elmélet és gyakorlat	208	208
4.6.	Elsősegélynyújtás	26	26
Összesen:		360	360

4.1 Tananyagegység	Anatómia	Óraszám	Munkaforma	Módszer
Célja	A tananyagegység célja, hogy a regeneráló wellness szakember ismerje az emberi test felépítését, képes legyen az emberi szervrendszerek elkölönítésére. Tudjon tájékozódni a különböző testrészekben.	-	-	-
Tartalom (temakörök)	-Az emberi szervezet felépítése, síkok, irányok -Keringési rendszer anatómiája, élettana -Légzőrendszer anatómiája, élettana -Emésztőrendszer anatómiája, élettana -Kiválasztó szervrendszer anatómiája, élettana -Hormonrendszer anatómiája, élettana -Idegrendszer anatómiája, élettana	40	Kontaktóra - hagyományos tanóra és valós idejű online óra, Önálló felkészülés	Előadás, magyarázat, megbeszélés, oktató videó

4.2 Tananyagegység	Funkcionális anatómia	Óraszám	Munkaforma	Módszer
Célja	A tananyagegység célja, hogy a regeneráló wellness szakember ismerje a mozgásszervrendszer részletes felépítését, és a nagyobb ízületek mozgásterjedelmét.	-	-	-
Tartalom (temakörök)	-Mozgásrendszer felosztása -Általános csonttan -Koponya csontjai, ízülete -Felső és alsó végtag csontjai, ízületei -Gerincoszlop csontjai, ízületei -Általános izomtan -Fej izmai -Törzsizmok -Felső és alsó végtag izmai	58	Kontaktóra - hagyományos tanóra és valós idejű online óra, Önálló felkészülés	Előadás, magyarázat, megbeszélés, oktató videó

4.3 Tananyagegység	Bőrgyógyászat	Óraszám	Munkaforma	Módszer
Célja	A tananyagegység célja, hogy a regeneráló wellness szakember tisztában legyen az alapvető bőrgyógyászati ismeretekkel, melyek segítségével el tudja különíteni a fertőző és nem fertőző bőrbetegségeket, illetve az allergiás eredetű bőrgelenségeket.	-	-	-
Tartalom (temakörök)	-Hám és irha felépítése -Primer és szekunder elemi jelenségek -Fertőző bőrbetegségek -Allergiás bőrbetegségek	14	Kontaktóra - hagyományos tanóra és valós idejű online óra, Önálló felkészülés	Előadás, magyarázat, megbeszélés, oktató videó

4.4 Tananyagegység	Belgyógyászat	Óraszám	Munkaforma	Módszer
Célja	A tananyagegység célja, hogy a regeneráló wellness szakember tudjon tájékozódni a keringési rendszert, légzőrendszert, emésztőrendszert és kiválasztó szervrendszert érintő gyakoriabb körképek különböző tüneteinek között.	-	-	-
Tartalom (temakörök)	-Keringési rendszer gyakoriabb betegségei -Légzőrendszer gyakoriabb betegségei -Emésztőrendszer gyakoriabb betegségei -Kiválasztó szervrendszer gyakoriabb betegségei	14	Konferencia - hagyományos tanóra és valós idejű online óra, Önálló felkészülés	Előadás, magyarázat, megbeszélés, oktató videó

4.5 Tananyagegység	Masszázs elmélet és gyakorlat	Óraszám	Munkaforma	Módszer
Célja	A tananyag egység célja, hogy a regeneráló masször képes legyen a prevencióra, az egészség fenntartást támogató, közérzet javító, frissítő masszázs végzésére.	-	-	-
Tartalom (témakörök)	Munkajogi alapfogalmak Munkaviszony létesítése, munkavállaló jogai kötelezettségei Alapvető munka, tűz- és balesetvédelemi szabályok Személyi higiéné és az antiszeepszis feltételei A szakma öltözködési szabályai Szakmai kommunikáció A vendég fogadása, edukációja Etikai alapkövetelmények Egészségi állapot felmérése, helyes fektetési pozíció, masszázs fogásainak sorrendje Svédmasszázs alap és kiegészítő fogásai Szépészeti alakformáló masszázsok Masszázshoz használatos masszázssok Kömpölyözés Székes irodai masszázs Hamman masszázs Aroma masszázs Önképzés, önfejlesztés	208	Kontaktóra - hagyományos tanóra és valós idejű online óra, Önálló felkészülés	Előadás, magyarázat, megbeszélés, oktató videó

4.6 Tananyagegység	Elsősegélynyújtás	Óraszám	Munkaforma	Módszer
Célja	A tananyag egység célja, hogy a regeneráló wellness szakember, képes legyen a munkája során felmerülő balesetek és rosszulletek kezelésére, életmentésre.	-	-	-
Tartalom (temakörök)	Elsősegélynyújtás fogalma Helyszínbiztosítás Tevékenységek a helyszínen Légzés, keringés vizsgálata Eszméletlen beteg/sérült ellátása, pozicionálása, kimentése Újraélesztés Sérülések formái, ellátásuk Vérzéscsillapítás Termikus balesetek Hirtelen rosszulletek Mérgeзések	26	Kontaktóra - hagyományos tanóra és valós idejű online óra, Önálló felkészülés	Előadás, magyarázat, megbeszélés, oktató videó

5. A képzésben részt vevő teljesítményét értékelő rendszer leírása

- Képzés közbeni értékelés (értékelési mód fejlesztő formája): A fejlesztő értékelés szerepe, hogy a képzésben résztvevők fejlődését támogassa, a tanulási igényeket pontosítsa, az oktatók tanulásszervezési feladatait segítse.

A képzés közbeni fejlesztő értékelés módjai: Visszakérdezés, Gyakorlati feladatmegoldás, Képzésben résztvevő visszajelzései, Beszélgetés

A fejlesztő értékeléshez nem tartozik minősítés, a tanulási és tanítási folyamatokat szolgálja.

Résztvevő záró értékelése: A záróvizsga a képzés végén történik a képző képzési programjában leírtak szerint.

Megszerezhető minősítések: „Megfelelt” vagy „Nem felelt meg”

„Nem felelt meg” minősítés esetén egy alkalommal lehetőséget biztosít a képző a sikertelen záróvizsga megismétlésére. Abban az esetben, amennyiben a kihirdetett időpontban a tanfolyami résztvevő nem vesz részt a záróvizsgán, vagy annak valamely vizsgatevékenységén, akkor a hiányzása is az adott vizsgatevékenységet illetően sikertelen vizsgának minősül.

A képzés elvégzésével megszerezhető dokumentum: TANÚSÍTVÁNY

A képzés elvégzéséről szóló Tanúsítvány kiadásának feltételei:

A tanfolyami résztvevő képzéssel kapcsolatos kötelezettségeinek teljesítése

A záró vizsga megfelelt minősítésű teljesítése.

A képesítő vizsgára bocsátás feltétele:

A szakmai képzés követelményeinek teljesítéséről a képző intézmény által kiállított tanúsítvány.

Belső záróvizsga

A komplex záróvizsga két részből áll, írásbeli és gyakorlati vizsgarészből.

1. ÍRÁSBELI VIZSGARÉSZ

A vizsgafeladat az alábbi témakörök tudásanyagát méri, teszt jellegű, kifejtős, és fogalom meghatározásos feladatokkal: A vizsgafeladat tartalmazza a következő témakörökre vonatkozó kérdéseket: Alapszinten ismeri az aktív és passzív mozgásrendszert, azok anatómiáját (csonttan, izomtan), a masszázis kontra-indikációit képező bőr és belgyógyászati betegségeket, masszázselméletet (masszázs és a masszázsfajták története, általános hatás, távol hatás, helyi hatás, indikációk, kontraindikációk). Alkalmazói szinten ismeri a svéd masszázis (svédmasszázs fogásainak felsorolása, csoportosítása, a részmasszázsok anatómiai képletek szerinti csoportosítása, masszázis technikák hasonlóságainak kifejtése, a masszázstechnikák indikációinak és kontraindikációinak felsorolása) szépségszépítő-, alakformáló és aromaterápiás masszázis fogásait, annak csoportosítását, kivitelezésének módjait, fogások tempóját (méz, csokoládé, csúsztatásos köpölyözés, cellulit kezeléseket, frissítő lábmasszázs, valamint székes-irodai masszázis, Hammam masszázis kezelése elmélete, indikációi és kontraindikációi). Alkalmazói szinten ismeri a részmasszázs anatómiai képletek szerinti csoportosítását, masszázis technikák hasonlóságait, a masszázis-technikák kontra-indikációit

A vizsgatevékenység végrehajtására rendelkezésre álló időtartam: 90 perc

2. GYAKORLATI VIZSGARÉSZ

2/A Svédmasszázs gyakorlat:

A vizsgázó a vizsgaszervező által megadott szempontok alapján svédmasszázszt végez. A masszázst krém vagy olaj, vagy talcum vivőanyaggal végzi. A vizsgázó tájékozódik a vendég egészségi

állapotáról, tájékoztatja a vendéget a masszázs menetéről, pozicionálja a vendéget, és elkezd a svédmasszázs, melyet 20 percen keresztül bemutat. A munkavégzése közben figyel a munkavédelmi és higiéniai szabályok betartására.

A vizsgafeladat megoldására rendelkezésre álló időtartam: 20 perc

2/B Alakformáló és szépsészeti kezelések:

A vizsgázó a következő masszázsfajták közül véletlenszerűen kiválasztott egy technikát/alkalmazást mutat be. - cellulit masszázs fóliázással: a svédmasszázs fogásainak felhasználásával, a hatóanyag felvitele és fóliázás az előírt testrészeken, - cellulit masszázs köpöllal: köpölyözés gyakorlati kivitelezése testtájékokra lebontva, csúsztatós köpölyözéssel is, - szárazkefe masszázs: szárazkefe testtájéki használat, a svédmasszázs irányainak betartásával egész test vagy testtájékokra lebontva (olaj felvitele a svédmasszázs simító fogásainak megfelelően), - méz masszázs: méz felvitele a vendég hátára, speciális fogások kivitelezése, - csokoládé masszázs: teljes test vagy testtájék svédmasszázzsal való előkészítése után, a csokoládé-mint hatóanyag- felvitelének bemutatása, simító és dörzsölő mozdulatok kivitelezésével - székes-irodai masszázs: ruhában, speciális masszázsszéken történő kezelés, - relaxáló-stresszoldó masszázs: a svédmasszázs főként simító, enyhe gyúró és felszíni dörzsölő fogásainak, mozdulatainak bemutatása helyes irányok betartása mellett egész testen, vagy részmasszázsokként, - frissítő láb masszázs: a talp és lábszár svédmasszázs fogásokkal történő masszírozása, a helyes irányok betartásával, - Hammam masszázs: peelingelés után Hammam zsákkal, olívaolajos szappannal teljes test kezelése

A vizsgafeladat megoldására rendelkezésre álló időtartam: 30 perc

2/C Aromaterápiás frissítő masszázs:

A vizsgázó a felsorolt aroma anyagokkal és illóolajok felhasználásával (rozmaryn, fahéj, citrom, narancs, vanília, levendula, jázmin, borsmenta, bergamott, eukaliptusz, ylang-ylang, édeskömény, kubeba, geránium, szerecsendió, menta, kámfor) aromaterápiás egésztest masszázst végez,

- nyugtató,
- izomlazító,
- frissítő- tonizáló céllal.

Nyugtató masszázs: a svédmasszázs fogásait alkalmazva, a vendég állapotához mérten elsősorban a svédmasszázs helyes fogásait és azok irányait betartva, a felszíni és mély simító mozdulatok használata. Izomlazító masszázs: a svédmasszázs kivitelezése, főként gyúró mozdulatok használata. Frissítő-tonizáló masszázs: a svédmasszázs kivitelezése, elsősorban dörzsölő, simító és ütögető fogások kivitelezésével.

A vizsgafeladat megoldására rendelkezésre álló időtartam: 20 perc

A vizsgázó a gyakorlati vizsga során önállóan, egyedül dolgozik saját anyagokkal.

A záróvizsga akkor eredményes, ha a résztvevő feladatonként eléri az 51%-ot.

A záróvizsga akkor eredménytelen, ha a résztvevő feladatonként 51%-nál kevesebbet ér el.

6. A képzési program végrehajtásához szükséges feltételek

6.1 Személyi feltételek

- képzési tartalomnak megfelelő felsőfokú végzettség, vagy a képzés tanulmányi területének megfelelő szakképesítés
- végzettség hiányában 2 év igazolható szakmai gyakorlat

6.2 Tárgyi feltételek

Általános tárgyi feltételek:

- a tényleges csoportlétszámnak megfelelő, felnőtt méretű tanulói asztalok és székek
- tábla vagy flipchart -- szükség esetén projektor vagy írásvetítő
- kiegészítő felszerelések: megfelelő világítás és szellőzés, ruhafogas, szemetes, stb.
- megfelelő kiszolgáló létesítmények: Mosdó – képzési helyszínenként min. egy.

Speciális tárgyi feltételek:

- Masszőrágy
- Masszőrszék,
- Kényelmi eszközök (has- henger- ékpárna),
- Egészségügyi textíliák (lepedők, törölközők, plédok),
- Bőr, felület és eszköztisztító és fertőtlenítő szerek.
- Különböző segéd és vivőanyagok

6.3 Egyéb speciális feltételek

6.4 Személyi, tárgyi és egyéb speciális feltételek biztosításának módja

A személyi feltételek megbízási, felhasználási vagy vállalkozási szerződés keretében, a tárgyi feltételek pedig - helyszíntől függően - saját vagy bérelt tulajdonként kerülnek biztosításra.

7. Egyéb kiegészítő információk

A képzésre jelentkező kérésére előzetes tudásmérést biztosítunk.

Előzetes tudásmérés: annak felmérése, hogy a képzésre jelentkező dokumentumokkal nem igazolt tanulmányai vagy megszerzett gyakorlati tapasztalatai alapján képes-e a képzés során elsajátítandó tananyagegység követelményeinek teljesítésére, amelynek eredményeként a követelmények megfelelő szintű teljesítése esetén a tananyagegység elsajátítására irányuló képzési rész alól a képzésre jelentkezőt fel kell menteni.

Szakértői vélemény:

1. A képzési program megfelel a felnőttképzésről szóló 2013. évi LXXVII. törvénynek, valamint a felnőttképzésről szóló törvény végrehajtásáról szóló 11/2020. (II. 7.), továbbá a szakképzésről szóló 2019évi LXXX. törvénynek, valamint a szakképzésről szóló törvény végrehajtásáról szóló 12/2020. (II. 7.) kormányrendeletnek.
2. A képzési programban meghatározott tartalommal, feltételekkel és módon, valamint a képzéssel érintett célcsoport számára megszerezhető a képzési programban megjelölt kompetenciák.

Minősítés helye, dátuma: Csolnok, 2022. 06. 20. ,

Tóthné Hajdu Gabriella
Szakértő neve

FSZ/2020/000008
Szakértői nyilvántartási szám

Tóthné Hajdu Gabriella
Szakértő aláírása

MESTO CSOPORT KFT

2521 Csolnok, Park u. 9.

Adószám: 26769215-2-11

Banksz.: 11740023-24025540

Intézmény képviselőjének aláírása

MESTO CSOPORT KFT

2521 Csolnok, Park u. 9.

Adószám: 26769215-2-11

Banksz.: 11740023-24025540

Szakmai vezető aláírása