

## Harmonogram

**Nazwa Beneficjenta:** Warmińsko-Mazurski Zakład Doskonalenia Zawodowego w Olsztynie

**Placówka realizująca kurs:** Centrum Edukacji w Olsztynie

**Numer projektu:** FEWM.07.02-IP.01-0039/25

**Tytuł projektu:** KobiECE kadry kształtują przyszłość!

**Nazwa szkolenia zawodowego/kursu:** Nowoczesne techniki stylizacji i pielęgnacji paznokci

**Nr kursu:** 1/207/2026

**Uczestników:** 1 w tym kobiet: 1, mężczyzn: 0

**Termin realizacji:** 09.05.2026-28.06.2026

## 1. Harmonogram

Data realizacji	Godziny realizacji zajęć od-do	Temat zajęć	Miejsce realizacji zajęć/nazwa instytucji (miejsce, ulica, nr lokalu)
09.05.2026	09:00-11:15	Bhp na stanowisku pracy. Wyposażenie i organizacja pracy na stanowisku do wykonywania manicure, Zasady dezynfekcji i sterylizacji narzędzi. Budowa paznokcia, choroby skóry i przydatków	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
13.06.2026	09:00-09:45	Preparaty do pielęgnacji rąk oraz do pielęgnacji i upiększania paznokci (odżywki, zmywacze, emalie, peelingi, maseczki). Technika wykonywania masażu dłoni. Obsługa przyrządów i aparatów do wykonywania manicure. Stosowanie środków do dezynfekcji ewentualnych skaleczeń oraz środków do odkażania narzędzi. Sterylizowanie narzędzi.	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
	09:45-10:30	Zasady bezpiecznego wykonania manicure biologicznego. Narzędzia oraz preparaty stosowane przy usłudze. Kolejność wykonywania czynności.	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
	10:30-10:35	PRZERWA	
	10:35-11:20	Zasady bezpiecznego wykonania manicure klasycznego. Narzędzia oraz preparaty stosowane przy usłudze. Kolejność wykonywania czynności.	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
	11:20-12:05	Zasady bezpiecznego wykonania manicure hybrydowego. Narzędzia oraz preparaty stosowane przy usłudze. Kolejność wykonywania czynności.	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
	12:05-12:25	PRZERWA	
	12:25-13:10	Różnice i rodzaje frezów. Użycie frezarki w usłudze manicure i pedicure. Przygotowanie tipsów. Opiłowanie i wygładzanie żelu i akrylu	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
	13:10-13:55	Wzory wykałaczkowe, zasady dobierania kolorów	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
	13:55-14:40	Aplikacja ozdób	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
	14:40-14:45	PRZERWA	
	14:45-15:30	Wzory metodą pędzelkową	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
	15:30-16:15	Radzenie sobie z płytką problematyczną	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
	16:15-17:00	Modelowanie paznokci szerokich, obgryzionych, z bruzdami. Nauka podcinania szablonu do różnych typów płytek paznokcia	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
20.06.2026	09:00-09:45	Wyposażenie i organizacja stanowiska do pedicure. Aseptyka, antyseptyka w pracy kosmetyczki, manikiurzystki.	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
	09:45-10:30	Budowa kończyny dolnej. Schorzenia kończyn dolnych.	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
	10:30-11:15	Narzędzia i techniki pedicure.	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
	11:15-11:20	PRZERWA	
	11:20-12:05	Narzędzia i techniki pedicure.	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
	12:05-12:25	PRZERWA	

20.06.2026	12:25-13:55	Pedicure kosmetyczny i leczniczy – ćwiczenia praktyczne	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
	13:55-15:25	Pedicure SPA - ćwiczenia praktyczne	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
28.06.2026	09:00-10:30	Techniki pedicure za pomocą frezarki – ćwiczenia praktyczne	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
	10:30-10:35	PRZERWA	
	10:35-12:05	Kąpiele stóp – ćwiczenia praktyczne	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
	12:05-12:10	PRZERWA	
	12:10-13:40	Zabieg regenerująco-odżywczy na suchą, łuszczącą się skórę stóp – ćwiczenia praktyczne	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
	13:40-14:00	PRZERWA	
	14:00-15:30	Zabieg regenerująco-odżywczy na suchą, łuszczącą się skórę stóp – ćwiczenia praktyczne	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn
	15:30-15:35	PRZERWA	
	15:35-16:20	Zabieg regenerująco-odżywczy na suchą, łuszczącą się skórę stóp – ćwiczenia praktyczne	ul. Mickiewicza 5; Olsztyn



Fundusze Europejskie  
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez  
Unię Europejską

