

Odnowa biologiczna i wellness

STUDIA I STOPNIA - SPECJALNOŚĆ

Forma: Niestacjonarne • Stacjonarne

Sposób realizacji: Hybrydowe • Tradycyjne

Cechy: Studia I stopnia licencjackie • Od października • Polski • 6 semestrów

Miasto: Opole



Czego się nauczysz?

- **Nauczysz się holistycznej opieki nad dobrostanem klienta.** Poznasz techniki wspierające równowagę psychofizyczną i metody poprawy jakości życia klientów.
- **Opanujesz skuteczne techniki relaksacyjne.** Nauczysz się, jak pomagać w regeneracji organizmu poprzez ćwiczenia oddechowe, medytacje i inne formy redukcji stresu.
- **Poznasz czynniki fizyczne wspierające regenerację.** Dowiesz się, jak stosować masaże, sauny i terapie fizjoterapeutyczne, by poprawiać zdrowie i samopoczucie klientów.
- **Zrozumiesz rolę diety i suplementacji w wellness.** Nauczysz się dobierać plany żywieniowe i suplementy wspierające regenerację i utrzymanie zdrowia psychofizycznego.
- **Dowiesz się, jak wzmacniać procesy wypoczynku.** Zgłębisz metody zwiększające efektywność odpoczynku, od aromaterapii po techniki wspomagające regenerację snu.
- **Rozwiniiesz umiejętności komunikacji i organizacji pracy.** Nauczysz się skutecznie współpracować z klientami i organizować działania w branży odnowy biologicznej i wellness.

Praca dla Ciebie

- Pracuj jako **specjalista wellness w ośrodku SPA.** Zajmij się prowadzeniem zabiegów relaksacyjnych i regeneracyjnych, wspierając klientów w osiągnięciu równowagi psychofizycznej.
- Zatrudnij się jako **konsultant w gabinecie odnowy biologicznej.** Wykorzystaj wiedzę o technikach relaksacji i masażu, pomagając klientom odzyskać energię i poprawić samopoczucie.
- Pracuj jako **masażysta w uzdrowisku.** Wykorzystuj zaawansowane techniki masażu i fizykoterapii, wspierając regenerację i poprawę kondycji fizycznej.
- Zostań **menedżerem zespołu kosmologów w SPA.** Organizuj pracę zespołu, dbaj o rozwój usług wellness oraz buduj relacje z klientami, zapewniając najwyższą jakość obsługi.
- Bądź **trenerem w firmie oferującej usługi wellness.** Prowadź warsztaty i szkolenia, ucząc innych zastosowania technik odnowy biologicznej i zdrowotnych metod relaksacyjnych.
- Rozpocznij **karierę jako dietetyk specjalizujący się w wellness.** Doradźaj klientom w zakresie diety i suplementacji, dostosowując plany żywieniowe.

Program

Praktyczne studia

Uczymy tak, aby jak najlepiej przygotować Cię do rzeczywistych wyzwań, z jakimi spotkasz się w pracy zawodowej.

- **Projekty grupowe** – realne problemy biznesowe.
- **Symulacje** – decyzje w warunkach rynkowych.



- **Staże i praktyki** – doświadczenie w firmach.
- **Wykłady z praktykami** – eksperci z rynku.
- **Nowoczesne narzędzia** – aktualne technologie.

Przedmioty kierunkowe

- Podstawy żywienia człowieka
- Kosmetologia pielęgnacyjna
- Wizaż
- Mechanizmy starzenia się skóry
- Kosmetologia estetyczna
- Technologia produkcji kosmetyków
- Receptura kosmetyczna
- Endokrynologia w kosmetologii
- Najnowsze trendy w kosmetologii
- Edukacja zdrowotna i żywieniowa
- Aparatura w kosmetologii
- Teoretyczne zagadnienia współczesnej kosmetologii
- Substancje aktywne w kosmetykach
- Fizykoterapia i masaż
- Podstawy trychologii
- Alergologia i immunologia w kosmetologii
- Ochrona i promocja zdrowia
- Prawne podstawy funkcjonowania gabinetu kosmetycznego
- Farmakologia w kosmetologii
- Etyka i ochrona własności intelektualnej
- Podstawy podologii
- Self-presentation and public speaking
- Selbstpraesentation und oeffentlicher Auftritt
- Fitoterapia w kosmetologii
- Rośliny lecznicze w kosmetologii



- Fizjologia aktywności fizycznej
- Wpływ wysiłku fizycznego na organizm człowieka

Wybrane zajęcia specjalnościowe

- Fizjologiczne podstawy odnowy biologicznej
- Pracownia odnowy biologicznej i wellness
- Masaż i fizykoterapia w odnowie biologicznej i wellness
- Dieta i suplementacja w odnowie biologicznej
- Techniki relaksacyjne
- Przygotowanie do egzaminu praktycznego

Nauka języka obcego

Na studiach stacjonarnych:

- 240 godzin nauki jednego języka obcego (80 godzin w semestrze, od 2 do 4 semestru).

Na studiach niestacjonarnych:

- 180 godzin nauki jednego języka obcego w 3 i 4 semestrze.

Możesz wybrać: j. angielski lub j. niemiecki

Praktyki i staże

Praktyki studenckie to ważny element studiów. Studenci studiów licencjackich realizują **960 godzin praktyk (24 tygodnie)**, zdobywając doświadczenie zawodowe. Jeśli pracujesz w zawodzie zgodnym z kierunkiem studiów, możesz zaliczyć praktyki na podstawie zatrudnienia. W trakcie studiów masz też szansę na płatny staż. Programy stażowe przygotowują pracodawcy, z którymi współpracujemy, dostosowując wymagania do stanowisk, co ułatwia pierwsze kroki zawodowe.

Sposób zaliczenia studiów

Na zakończenie studiów przystępujesz do egzaminu praktycznego oraz teoretycznego, na których wykażesz się wiedzą oraz umiejętnościami praktycznymi zdobytymi na studiach przed komisją egzaminacyjną rozwiązując studium przypadku.



Zasady rekrutacji

Aby zostać studentem studiów I stopnia (licencjackich lub inżynierskich) na Uniwersytecie WSB Merito, należy:

- ukończyć szkołę średnią,
- zdać maturę i uzyskać świadectwo dojrzałości,
- złożyć komplet wymaganych dokumentów,
- spełnić wymogi wynikające z zasad rekrutacji.

[Dowiedz się więcej](#)

Stypendia i zniżki

- Na studiach I stopnia i jednolitych magisterskich możesz skorzystać z programu Very Important Student (VIS) i studiować w pierwszym semestrze nawet za darmo.
- Możesz otrzymać te same stypendia, co studenci uczelni publicznych, w tym naukowe, sportowe, socjalne i zapomogi.
- Elastyczny system opłat pozwala Ci wybrać, w ilu ratach chcesz opłacać czesne.

[Dowiedz się więcej](#)

Ceny

W oparciu o art. 80 ust. 3 ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce uczelnia raz w roku akademickim zwiększa wysokość czesnego określonego w § 3 ust. 1 Umowy o wskaźnik równy wskaźnikowi wzrostu cen towarów i usług konsumpcyjnych za rok kalendarzowy poprzedzający rok, w którym dokonuje się waloryzacji, ogłoszony przez Prezesa Głównego Urzędu Statystycznego, łącznie nie więcej niż o 30 % do czasu ukończenia studiów określonych w Umowie.