



TWORZENIE SPERSONALIZOWANYCH
ZALECEŃ ŻYWIENIOWYCH I
JADŁOSPISÓW

Numer usługi 2024/04/15/146979/2124240

5 800,00 PLN brutto
5 800,00 PLN netto
193,33 PLN brutto/h
193,33 PLN netto/h

MEDICAL
INVESTMENT

SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
CIĄ



📍 Mierzyn / stacjonarna
🏠 Usługa szkoleniowa
🕒 30 h
📅 18.05.2024 do 16.06.2024

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Dietetyka
Sposób dofinansowania	wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Dietetycy, trenerzy i osoby, które chcą się rozwinąć w tym temacie
Minimalna liczba uczestników	3
Maksymalna liczba uczestników	30
Data zakończenia rekrutacji	13-05-2024
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	30
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Celem kursu "TWORZENIE SPERSONALIZOWANYCH ZALECEŃ ŻYWIENIOWYCH I JADŁOSPISÓW" jest wyposażenie uczestników w praktyczne umiejętności układania spersonalizowanych zaleceń żywieniowych i jadłospisów uwzględniających potrzeby oraz cele żywieniowe i zdrowotne klientów/pacjentów.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Opisuje zasady prawidłowego odżywiania oraz normy żywienia dostosowanych do populacji Polski.	test wiedzy	Test teoretyczny
Omawia metody pomiaru składu ciała oraz interpretuje wyniki tych pomiarów w kontekście oceny stanu odżywienia klienta/pacjenta.	test wiedzy	Test teoretyczny
Wymienia metody przeprowadzenia wywiadu żywieniowego i zdrowotnego u pacjenta.	test wiedzy	Test teoretyczny
Wskazuje wpływ czynników środowiskowych oraz psychologicznych na zachowania żywieniowe.	test wiedzy	Test teoretyczny
Ustala zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze w planowaniu jadłospisu dla pacjenta.	test wiedzy	Test teoretyczny
Przygotowuje indywidualne plany żywieniowe i zalecenia dietetyczne dostosowane do stanu zdrowia i odżywienia pacjenta.	test wiedzy	Test teoretyczny
Buduje efektywne relacje z pacjentami, uwzględniając ich indywidualne potrzeby i preferencje.	test wiedzy	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

Dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się.

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

Dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji.

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

Tak.

Program

1. Zasady prawidłowego odżywiania:

- Wprowadzenie do zasad zbilansowanej diety.
- Wpływ czynników środowiskowych na wybór i spożycie żywności.
- Psychologiczne aspekty odżywiania.
- Długoterminowe strategie utrzymania zdrowego stylu życia.
- Techniki zdrowego przygotowywania potraw.

2. Normy żywienia dla populacji Polski:

- Omówienie zalecanych norm spożycia dla różnych grup wiekowych i stanów fizjologicznych.
- Piramida Zdrowego Żywienia i Aktywności Fizycznej- wykorzystanie w codziennym życiu

3. Wywiad z pacjentem.

- Omówienie skutecznych metod przeprowadzania wywiadu żywieniowego, takich jak kwestionariusze żywieniowe, dzienniczki żywieniowe oraz ankiety dotyczące nawyków żywieniowych.
- Zebranie informacji dotyczących aktualnego stanu zdrowia pacjenta, w tym istniejących chorób przewlekłych, alergii pokarmowych, problemów zdrowotnych i stosowanych leków.
- Wskazówki dotyczące zadawania odpowiednich pytań, które pozwalają uzyskać pełny obraz nawyków żywieniowych pacjenta.
- Propozycje technik komunikacyjnych sprzyjających otwartemu dialogowi z pacjentem, takich jak aktywne słuchanie i empatyczne reagowanie.

4. Wykonywanie pomiarów antropometrycznych i analiza stanu odżywienia pacjenta.

- Wykonanie analizy składu ciała wraz z interpretacją.
- Wykorzystanie BMI do oceny stanu odżywienia.
- Znaczenie WHR w diagnozie otyłości brzusznej.
- Interpretacja wyników pomiarów antropometrycznych w kontekście oceny stanu odżywienia pacjenta.
- Analiza składu ciała i ocena stanu odżywienia- warsztaty praktyczne.

5. Planowanie jadłospisu i wyznaczenie celu.

- Ustalanie celów dotyczących zmiany nawyków żywieniowych
- Zasady opracowywania spersonalizowanego jadłospisu z uwzględnieniem stylu życia i preferencji żywieniowych.
- Ustalanie zapotrzebowania na energię i składniki odżywcze.
- Opracowywanie indywidualnych zaleceń żywieniowych.
- Dostosowanie jadłospisu do ograniczeń żywieniowych, alergii pokarmowych oraz ewentualnych preferencji dietetycznych pacjenta.

6. Warsztat opracowywania zaleceń żywieniowych.

7. Praktyczne case study- przygotowywanie przykładowych jadłospisów dla konkretnych przypadków pacjentów.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 9

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 9 Zasady prawidłowego odżywiania	Daria Szulim	18-05-2024	08:30	11:30	03:00
2 z 9 Normy żywienia dla populacji Polski	Daria Szulim	18-05-2024	11:30	13:00	01:30
3 z 9 Wywiad z pacjentem	Daria Szulim	18-05-2024	13:00	17:00	04:00
4 z 9 Wykonywanie pomiarów antropometrycznych i analiza stanu odżywienia pacjenta	Daria Szulim	19-05-2024	08:30	11:00	02:30
5 z 9 Planowanie jadłospisu i ustalanie celu	Daria Szulim	19-05-2024	11:00	14:00	03:00
6 z 9 Warsztat opracowywania zaleceń żywieniowych	Daria Szulim	19-05-2024	14:00	17:00	03:00
7 z 9 Praktyczne case study- przygotowywanie przykładowych jadłospisów dla konkretnych przypadków pacjentów cz. 1	Daria Szulim	15-06-2024	08:00	15:00	07:00
8 z 9 Praktyczne case study- przygotowywanie przykładowych jadłospisów dla konkretnych przypadków pacjentów cz. 2	Daria Szulim	16-06-2024	08:00	13:30	05:30
9 z 9 test wiedzy	Daria Szulim	16-06-2024	13:30	14:00	00:30

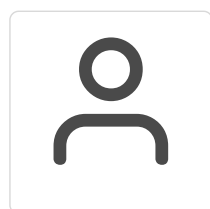
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 800,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 800,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	193,33 PLN
Koszt osobogodziny netto	193,33 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Daria Szulim

Właściciel poradni dietetycznej; wykładowca akademicki oraz menager kierunku dietetyka na uczelni wyższej. Od 2011 roku związane ze zdrowym stylem życia. Ukończyła studia na kierunku żywienia człowieka i dietetyki ZUT, instruktor tańca oraz pasjonat ruchu.



2 z 2

Sabina Adamowicz

Walidator posiada znajomość zasad żywienia, budowania diet długo i krótkoterminowych, posiada umiejętność interpretacji danych poziomu zdrowia podopiecznego. Posiada też doświadczenie w dziedzinie dietetyki , zdrowego żywienia. Pracował z różnymi grupami podopiecznych stosując różne diety oraz metody suplementacji.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymają materiały w wersji elektronicznej oraz drukowanej.

Informacje dodatkowe

Instruktor weryfikuje na bieżąco poziom uzyskanej wiedzy przez kursanta w oparciu o zadawanie pytań i udzielone odpowiedzi.

Certyfikat ukończenia szkolenia otrzymuje uczestnik, który:

1. posiada 100% obecność na szkoleniu wynikających z harmonogramu i potwierdzonych na liście obecności
2. aktywnie uczestniczył w szkoleniu
3. otrzymał pozytywną ocenę nabytych umiejętności praktycznych na podstawie protokołu zaliczenia zadania praktycznego wskazanego przez instruktora.

Każdy z uczestników zobowiązany jest do skrócenia paznokci do minimum dla lepszych efektów pracy.

Po zakończonym szkoleniu uczestnik wypełnia ankietę.

Adres

ul. Welecka 1a
72-006 Mierzyn
woj. zachodniopomorskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Udogodnienia dla osób ze szczególnymi potrzebami

Kontakt



Marika Teszner

E-mail marika@luxmedicatraining.pl

Telefon (+48) 664 383 822