

# Kurs Diet Coachingu akredytowany przez Izbę Coachingu - część III: Decyzja i wyzwania w diet coachingu.

## Informacje o usłudze

<b>Czy usługa może być dofinansowana?</b>	Tak
<b>Sposób dofinansowania</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>wsparcie dla przedsiębiorców i ich pracowników</li></ul>
<b>Rodzaj usługi</b>	Usługa szkoleniowa
<b>Podrodzaj usługi</b>	Usługa szkoleniowa
<b>Dostępność usługi</b>	Otwarta

Numer usługi	<b>2018/02/14/7404/133802</b>		
Cena netto	<b>2 300,00 zł</b>	Cena brutto	<b>2 829,00 zł</b>
Cena netto za godzinę	<b>71,88 zł</b>	Cena brutto za godzinę	<b>88,41</b>
Usługa z możliwością dofinansowania	<b>Tak</b>		
Liczba godzin usługi	<b>32</b>		
Termin rozpoczęcia usługi	<b>2018-06-16</b>	Termin zakończenia usługi	<b>2018-07-01</b>
Termin rozpoczęcia rekrutacji	<b>2018-02-14</b>	Termin zakończenia rekrutacji	<b>2018-05-28</b>
Maksymalna liczba uczestników	12		
Kategoria główna KU	<b>Zdrowie i Uroda</b>		
Podstawa uzyskania wpisu w zakresie świadczenia usług współfinansowanych	<b>Certyfikaty:</b> Certyfikat systemu zarządzania jakością wg ISO 9001:2008 (PN-EN ISO 9001:2009) - w zakresie usług szkoleniowych		
Czy usługa pozwala na zdobycie kwalifikacji lub części kwalifikacji zarejestrowanych w ZRK?	<b>Nie</b>		

Czy usługa pozwala na uzyskanie kwalifikacji innych niż kwalifikacje zarejestrowane w ZRK?	<b>Nie</b>
Czy usługa prowadzi do nabycia kompetencji?	<b>Tak</b>

## Informacje o podmiocie świadczącym usługę

Nazwa podmiotu		<b>Techpal sp. z o. o.</b>	
Osoba do kontaktu	<b>Anna Iwaniec</b>	Telefon	<b>+48895429821</b>
E-mail	<b>a.iwaniec@techpal.com.pl</b>		

## Cel usługi

### Cel edukacyjny

Celem kursu jest wykształcenie diet coachów, wspieranie zadań zawodowych dietetyków, trenerów personalnych, wsparcie w nazywaniu i rozwiązywaniu problemów związanych z odżywianiem dla zdrowia, superwizja zaistniałych sytuacji, jak również rozwój samoświadomości. Uczestnicy będą pogłębiać i rozwijać swoje umiejętności potrzebne do samodzielnego prowadzenia procesu diet coachingu z klientem. W diet coachingu istotny jest adekwatny kontakt diet coacha z klientem. Ta metoda pracy skupia się na budowaniu relacji diet coach – klient i jej psychologicznych przejawach. Jakość tych relacji ma kluczowe znaczenie dla skuteczności procesu diet coachingu. W trakcie kursu uczestnicy będą, uczyć się budować relacje oparte na poufności i zaufaniu, służące trwałej zmianie zachowań i nawyków związanych z odżywianiem, aktywnością fizyczną i stylem życia klienta.

## Szczegółowe informacje o usłudze

### Ramowy program usługi

#### **Moduł I - Rola decyzji w procesie diet coachingu**

Proces decyzyjny, sposoby motywowania klienta do zmiany, narzędzia i techniki związane z procesem decyzyjnym. Odpowiedzialność i poczucie własnej wartości w procesie zmiany w trakcie trwania diet coachingu. Narzędzia i techniki, które można wykorzystać w procesie decyzyjnym. Dylematy etyczne w pracy diet coacha.

#### **Moduł II - Wyzwania w diet coachingu, egzamin i podsumowanie kursu.** Trudne sytuacje w pracy diet coacha w procesie diet coachingu

Rozumienie przebiegu procesu diet coachingu, punktów zwrotnych, oporu i radzenia sobie z nimi, zdobycie wiedzy jak radzić sobie z trudnymi sytuacjami. Praca z własnymi doświadczeniami w tym zakresie jak również z doświadczeniami współuczestników. Rozumienie i planowanie własnego rozwoju w zawodzie diet coacha. Egzamin, podsumowanie kursu.

### **Korzyści:**

1. Ukończenie kursu akredytowanego przez IC
2. Możliwość zdobycia certyfikatu coacha przy IC
3. Posiadanie umiejętności samodzielnego prowadzenia diet coachingu po zakończeniu trzech części kursu
4. Praca w zawodzie diet coach

---

## Efekty usługi (produkty), efekty uczenia się/kształcenia

Uczestnik osiągnie następujące efekty uczenia się/kształcenia, tj. będzie:

- znał narzędzia i techniki związane z procesem decyzyjnym,
- znał sposoby motywowania Klienta do zmiany,
- umiał rozstrzygać dylematy etyczne w pracy diet coacha,
- rozumiał przebieg procesu diet coachingu, punktów zwrotnych, oporu i radzenia sobie z nimi,
- umiał budować relacje z Klientem oparte na poufności i zaufaniu służące trwałej zmianie zachowań i nawyków związanych z odżywianiem, aktywnością fizyczną i stylem życia Klienta.
- miał świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności z zakresu projektowania procesu, motywacji i przekonania w pracy z Klientem,
- dostrzegał problemy związane z Diet Coachingiem,
- miał chęć rozwoju i samokształcenia
- umiał planować własny rozwój w zawodzie diet coacha.

---

## Grupa docelowa

Kurs Diet coachingu jest przeznaczony dla osób pracujących z ludźmi lub planujących tego typu pracę, posiadających wykształcenie wyższe (licencjackie) oraz wiedzę związaną z żywieniem człowieka (dietetyków, lekarzy, psychologów, trenerów personalnych, osób prowadzących: poradnie dietetyczne, fitness kluby, gabinety kosmetyczne).

---

## Opis warunków uczestnictwa

- wykształcenie wyższe (min. licencjat) oraz wiedza związaną z żywieniem człowieka

---

## Materiały dydaktyczne

- skrypt szkoleniowy

## Harmonogram

---

LP	Przedmiot / Temat zajęć	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1	ROLA DECYZJI W PROCESIE DIET COACHINGU	2018-06-16	10:00	18:00	8:00

LP	Przedmiot / Temat zajęć	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2	ROLA DECYZJI W PROCESIE DIET COACHINGU	2018-06-17	10:00	18:00	8:00
3	WYZWANIA W DIET COACHINGU, EGZAMIN I PODSUMOWANIE KURSU	2018-06-30	10:00	18:00	8:00
4	WYZWANIA W DIET COACHINGU, EGZAMIN I PODSUMOWANIE KURSU	2018-07-01	10:00	18:00	8:00

## Osoby prowadzące usługę

Imię i nazwisko	<b>Urszula Mijkoska</b>
Obszar specjalizacji	Autorka metody Diet Coaching, Superwizor, coach, dietetyk, trener.

Doświadczenie zawodowe	Pierwszy Diet Coach w Polsce. Twórca idei i programu Diet Coachingu. Autorka polskich książek o Diet Coachingu. Certyfikowany coach, superwizor coachingu, trener, dietetyk, refleksoterapeuta. Prowadzi Kurs Diet Coachingu akredytowany przez Izbę Coachingu. Prowadzi coaching indywidualny i grupowy. Pomaga w rozwoju kompetencji przywódczych, komunikacyjnych, zarządzania sobą i relacjami. Wspiera w poszukiwaniu równowagi pomiędzy pracą a życiem osobistym, w radzeniu sobie z wypaleniem zawodowym, stresem oraz sytuacjami konfliktowymi. Pomaga w budowaniu samoświadomości emocjonalnej, pewności siebie i w poszukiwaniu zrównoważonego stylu życia. Pracuje w paradygmacie systemowym; podejście to cechuje widzenie osoby w kontekście zespołowym i organizacyjnym. Organizuje warsztaty dla coachów w zakresie coachingu grupowego oraz szkolenia związane z zarządzaniem stresem, emocjami i świadomym odżywianiem się. Jest certyfikowanym refleksoterapeutą twarzy, stóp, dłoni i oczu metodą Lone Sorensen. Specjalizuje się w schorzeniach układu hormonalnego, immunologicznego oraz otyłości. Autorka książek: „Diet Coaching. Poradnik dla wiecznie odchudzających się”, „Diet Coaching. Pierwsza polska książka o świadomym odżywianiu się”, „Stres na detoksie”, „Zupy detoks”.
Doświadczenie w świadczeniu tego typu usług	15-letnie doświadczenie w świadczeniu tego typu usług
Wykształcenie	wyższe

## Lokalizacja usługi

Adres: <b>Krucza 51/103</b> <b>00-022 Warszawa, woj. mazowieckie</b> Szczegóły miejsca realizacji usługi:	Warunki logistyczne:
--	----------------------