



Zasady Żywienia Człowieka - Kurs dla rozszerzonego kucharzy

Numer usługi 2024/06/04/52848/2170385

3 000,00 PLN brutto

3 000,00 PLN netto

166,67 PLN brutto/h

166,67 PLN netto/h

Konsorcjum
Naukowo -
Edukacyjne Spółka
Akcyjna



📍 zdalna w czasie rzeczywistym

👤 Usługa szkoleniowa

🕒 18 h

📅 25.07.2024 do 26.07.2024

Informacje podstawowe

Kategoria	Inne / Gastronomia
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Grupą docelową usługi są osoby pracujące w branży gastronomicznej jako kucharze oraz planujące pracę w tej branży jako kucharze, zainteresowane zdrowiem i zasadami żywienia dorosłych. Szkolenie pomoże pracownikom gastronomii w zapewnieniu zrównoważonych i atrakcyjnych opcji żywieniowych, pozwoli na zapewnienia zdrowych, smacznych i bezpiecznych posiłków.
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	40
Data zakończenia rekrutacji	24-07-2024
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	18
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Umożliwienie uczestnikom szkolenia zdobycia wiedzy i umiejętności niezbędnych do zapewnienia zdrowego, zrównoważonego oraz bezpiecznego żywienia, uwzględniając różnorodność preferencji żywieniowych, potrzeb dietetycznych oraz restrykcji alergenów.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza: Uczestnicy kursu nabędą podstawową wiedzę z zakresu zasad żywienia	test oceniający wiedzę uczestnika	Test teoretyczny
Umiejętności: Uczestnicy zdobywają praktyczne umiejętności takie jak ocena sposobu żywienia i narzędzia, bilansowanie posiłków i dobór poszczególnych produktów.	ocena umiejętności praktycznego wykorzystywania wiedzy	Wywiad swobodny
Kompetencje społeczne: Uczestnicy skutecznie i świadomie rozpoznają problemy żywieniowe oraz potrafią wskazać rozwiązanie.	ocena uczestnika ukazująca jego zdolność do pracy z drugą osobą	Wywiad swobodny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

Dokumenty potwierdzający uzyskanie kompetencji będzie zawierał opis efektów uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji.

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

Zostanie przeprowadzona walidacja w oparciu o test teoretyczny, który będzie zawierał kryteria weryfikacji zdefiniowane w efektach uczenia się.

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

Dokument będzie zawierał informacje o przeprowadzonej walidacji w formie testu przeprowadzonego przez specjalistę w danej dziedzinie

Program

Dzień 1:

1. Charakterystyka, budowa i funkcje narządów przewodu pokarmowego

- Anatomia przewodu pokarmowego: układ pokarmowy, żołądek, jelita, wątroba, trzustka.
- Fizjologia przewodu pokarmowego: procesy trawienne, wchłanianie składników odżywczych, wydalanie.

2. Określenie stanu odżywienia człowieka

- Metody oceny stanu odżywienia: wskaźniki antropometryczne, analiza składu ciała, ocena dietetyczna.
- Interpretacja wyników i diagnoza stanu odżywienia.

3. Ocena sposobu żywienia i narzędzia

- Narzędzia do oceny sposobu żywienia: dzienniczki żywieniowe, kwestionariusze oceny żywienia, analiza składu posiłków.
- Analiza dietetyczna: ocena wartości odżywczych, identyfikacja niedoborów lub nadmiarów.

Dzień 2:

1. Bilansowanie posiłków i dobór produktów w schorzeniach żywieniowych

- Dieta w celiakii: zasady bezglutenowej diety, alternatywne produkty bezglutenowe.
- Dieta w alergiach pokarmowych: identyfikacja alergenów, zasady eliminacji, zapewnienie zbilansowanej diety.
- Dieta w cukrzycy: kontrola glikemii, zasady zbilansowanej diety w cukrzycy, rola indeksu glikemicznego.
- Dieta w anemii: źródła żelaza, witaminy C i innych składników odżywczych ważnych dla produkcji czerwonych krwinek.

2. Interakcje pomiędzy żywnością a lekami

- Interakcje żywności z lekami: wpływ jedzenia na wchłanianie leków, skutki uboczne, zalecenia dotyczące czasu spożycia posiłków w związku z lekami.
- Produkty żywnościowe, które mogą wpływać na działanie leków: grapefruit, warzywa krzyżowe, produkty bogate w witaminę K itp.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 9

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 9 Charakterystyka, budowa i funkcje narządów przewodu pokarmowego	Daria Jugo-Jabłońska	25-07-2024	08:00	09:30	01:30
2 z 9 Charakterystyka, budowa i funkcje narządów przewodu pokarmowego	Daria Jugo-Jabłońska	25-07-2024	09:45	11:15	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 9 Charakterystyka, budowa i funkcje narządów przewodu pokarmowego	Daria Jugo-Jabłońska	25-07-2024	11:30	13:00	01:30
4 z 9 Określenie stanu odżywienia człowieka, ocena sposobu żywienia-narzędzia	Daria Jugo-Jabłońska	25-07-2024	13:15	14:45	01:30
5 z 9 Określenie stanu odżywienia człowieka, ocena sposobu żywienia-narzędzia	Daria Jugo-Jabłońska	25-07-2024	15:00	16:00	01:00
6 z 9 Bilansowanie posiłków i dobór poszczególnych produktów do diety w schorzeniach, takich jak m.in.: celiakia, alergie pokarmowe, cukrzyca, anemia	Daria Jugo-Jabłońska	26-07-2024	08:00	09:30	01:30
7 z 9 Bilansowanie posiłków i dobór poszczególnych produktów do diety w schorzeniach, takich jak m.in.: celiakia, alergie pokarmowe, cukrzyca, anemia	Daria Jugo-Jabłońska	26-07-2024	09:45	11:15	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 9 Bilansowanie posiłków i dobór poszczególnych produktów do diety w schorzeniach, takich jak m.in.: celiakia, alergie pokarmowe, cukrzyca, anemia	Daria Jugo-Jabłońska	26-07-2024	11:30	13:00	01:30
9 z 9 Interakcje pomiędzy żywnością a lekami	Daria Jugo-Jabłońska	26-07-2024	13:15	15:15	02:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	166,67 PLN
Koszt osobogodziny netto	166,67 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Daria Jugo- Jabłońska

Doświadczenie zdobywała w College Medical Clinic w Kielcach przy poradni psychologiczno-pedagogicznej, gdzie pracowała z dziećmi z zaburzeniami ze spektrum autyzmu oraz dziećmi z wyzwaniami rozwojowymi, oraz zaburzeniami odżywiania. Obecnie pracuje w Centrum Psychoterapii i Terapii Uzależnień w Chęcinach oraz prowadzi własny gabinet w Piekoszowie. Pracuje z dziećmi z trudnościami w jedzeniu i ich rodzicami. Prowadzi terapię dzieci, które jedzą wybiórczo, dzieci karmionych alternatywnie (sonda) oraz dzieci z awersjami pokarmowymi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały szkoleniowe w formie pdf uczestnicy szkolenia mogą otrzymać po zgłoszeniu chęci ich otrzymania usługodawcy.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uczestnictwa jest zarejestrowanie się i założenie konta w Bazie Usług Rozwojowych oraz zapisanie się na szkolenie za pośrednictwem Bazy.

Informacje dodatkowe

Zajęcia będą realizowane w oparciu o miarę godziny lekcyjnej wynoszącej 45 min.

Szkolenie będzie realizowane w formie zdalnej w czasie rzeczywistym.

W zależności od czasu, potrzeb będą wykorzystywane różne elementy: ćwiczenia, testy, ankiety i inne.

Warunki techniczne

WYMAGNIA TECHNICZNE:

Platforma: Jitsi Meet lub platforma Teams

Rodzaj urządzenia: Urządzenie multimedia - Smartfon, tablet, komputer PC

Specyfikacja Sprzętowa: urządzenie musi posiadać: słuchawki, głośniki

Procesor jednordzeniowy 1 GB lub szybszy

Pamięć RAM 1 GB lub większa

Połączenie internetowe: wymagane jest połączenie internetowe przewodowe lub bezprzewodowe (3G, 4G, LTE) o następujących parametrach:

- dla transmisji wideo w jakości HD 720p minimalna przepustowość łącza internetowego wynosi: 1.5Mbps/1.5Mbps (wysyłanie/odbieranie).

- dla transmisji wideo w jakości FullHD 1080p minimalna przepustowość łącza internetowego wynosi: 3Mbps/3Mbps (wysyłanie/odbieranie).

Oprogramowanie: Urządzenie może ale nie musi mieć zainstalowanej aplikacji Jitsi Meet. Może działać poprzez stronę internetową: <https://meet.jit.si/>. Platforma Teams: <https://teams.microsoft.com/>

System operacyjny: Urządzenie musi działać pod kontrolą jednego z systemów operacyjnych obsługiwany przez komunikator zoom:

- Android OS 4.0x lub nowszy
- macOS X 10.7 lub nowszy
- IOS 7.0 lub nowszy
- iPadOS 13 lub nowszy
- Windows 10 Home, Pro, lub Enterprise (Wersja "S" nie jest obsługiwana)
- Windows 8 or 8.1
- Windows 7
- Windows Vista with SP1 lub nowszy
- Windows XP with SP3 lub nowszy
- Ubuntu 12.04 lub nowszy
- Mint 17.1 lub nowszy
- Red Hat Enterprise Linux 6.4 lub nowszy
- Oracle Linux 6.4 lub nowszy
- CentOS 6.4 lub nowszy A
- Fedora 21 lub nowszy
- OpenSUSE 13.2 lub nowszy
- ArchLinux (tylko 64-bitowy)

Kontakt



Kamila Szewczyk

E-mail kamilaszewczyk@konsorcjum.edu.pl

Telefon (+48) 534 083 267