



## Kurs specjalista ds. dietyki i odchudzania.

Numer usługi 2024/10/10/165576/2353419

2 880,00 PLN brutto

2 880,00 PLN netto

90,00 PLN brutto/h

90,00 PLN netto/h

"GRUPA  
EDUKACYJNA  
AKTYWNE  
SZKOLENIA  
SPÓŁKA Z  
OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ"

Brak ocen dla tego dostawcy

📍 Piotrków Trybunalski / mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

📄 Usługa szkoleniowa

🕒 32 h

📅 24.02.2025 do 25.03.2025

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Inne / Gastronomia
<b>Sposób dofinansowania</b>	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
<b>Grupa docelowa usługi</b>	Nasza oferta skierowana jest dla wszystkich osób dorosłych, bez względu na aktualny poziom wykształcenia i doświadczenia. Usługa szkoleniowa jest dedykowana w szczególności dla osób, które są zainteresowane zdrowym stylem życia, odżywiania czy też chcą związać swą przyszłość zawodową z szeroko pojętą dietetyką.
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	6
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	10
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	31-01-2025
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
<b>Liczba godzin usługi</b>	32
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Znak Jakości TGLS Quality Alliance

# Cel

## Cel edukacyjny

Usługa- kurs „Specjalista ds. dietetyki i odchudzania” umożliwi zdobycie podstawowych kompetencji zawodowych, które pomogą uczestnikowi zdobyć odpowiednie kompetencje do samodzielnej pracy w zawodach związanych ze zdrowym odżywianiem oraz dietetyką. Udział w kursie pomoże zdobyć szeroką wiedzę o zdrowym i racjonalnym żywieniu. Ponadto dostarczy solidne podstawy prawidłowego łączenia holistycznego podejścia do zdrowego stylu życia jak i stosowania diet ukierunkowanych na redukcję tkanki tłuszcz.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Definiuje podstawowe pojęcia żywieniowe i charakteryzuje wiedzę dotyczącą zasad prawidłowego żywienia.	Uczestnik kursu omawia niezbędną wiedzę i umiejętności charakterystyczne dla pracy dietetyka.	Test teoretyczny
Uzasadnia zastosowanie podstawowej wiedzy z zakresu dietetyki z praktycznym jej zastosowaniem przy tworzeniu jadłospisu.	Uczestnik kursu charakteryzuje podstawowe pojęcia żywieniowe i potrafi nabytą wiedzę sprawdzić w praktyce.	Test teoretyczny
Planuje przeprowadzić wywiad żywieniowy i dokonuje oceny stanu odżywienia w oparciu o dostępne badania oraz pogłębioną kontrolę stanu odżywienia.	Uczestnik kursu projektuje samodzielnie wykonać plan żywieniowy na podstawie sprawdzonej wiedzy z zakresu dietetyki.  Uczestnik kursu rozróżnia rodzaje diet i monitoruje kryteria ich stosowania.  Uczestnik kursu w praktyce sprawdza się podczas samodzielnego prowadzenia indywidualnego poradnictwa żywieniowego.	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 to m.in. zaświadczenie o ukończeniu kursu, które zawiera szczegółowy opis efektów uczenia się.

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

Tak, zaświadczenie o ukończeniu kursu 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, proces walidacji jest prowadzony przez inną osobę aniżeli proces kształcenia. Zaświadczenie o ukończeniu kursu zawiera informację, dotyczącą walidacji, która realizowana jest przez osobę nie związaną z procesem kształcenia.

## Program

Usługa, tj. kurs „Specjalista ds. dietetyki i odchudzania” umożliwia zdobycie podstawowych kompetencji zawodowych, które pomogą uczestnikowi zdobyć odpowiednie kompetencje do samodzielnej pracy w zawodach związanych ze zdrowym odżywianiem oraz dietetyką.

Kurs daje solidne podstawy wiedzy dietetycznej dla każdego, kto chce poszerzać swoją wiedzę i chce ją wykorzystać na potrzeby własne, rodziny jak i pracy z klientem. Na kursie zostaną poruszone najważniejsze zagadnienia dające podstawy kompetencji dietetycznych, m.in. rola żywienia w zdrowiu człowieka, czym są i wpływają składniki pokarmowe na organizm człowieka, skuteczna praca z klientem wymagającym redukcji tkanki tłuszczowej, rodzaje i charakterystyka zastosowania najważniejszych diet, suplementacja diety i jej racjonalne zastosowanie w żywieniu człowieka, podstawowe narzędzia i metody kompleksowej diagnozy w pracy dietetyka, holistyczne podejście do zdrowia i odżywiania.

Warunki organizacyjne:

- forma zajęć - mieszana, tj. zajęcia prowadzone są w formie

stacjonarnej oraz połączone z usługą zdalną w czasie rzeczywistym,

- minimalna liczba uczestników usługi to 6 osób, a maksymalna to 10 osób,
- zajęcia w ramach kursu obejmują 32 godziny zegarowe łącznie z walidacją, w tym:

12 godzin w formie stacjonarnej, a 20 godzin w formie zdalnej w czasie rzeczywistym,

- zajęcia w ramach usługi zdalnej w czasie rzeczywistym prowadzone są na platformie Clickmeeting, która umożliwia m.in. rozmowę na żywo, chat, współdzielenie ekranu itp.
- ewentualne przerwy w trakcie zajęć nie wliczają się w czas trwania całej usługi,
- w przypadku zajęć trwających 4 godziny nie przewiduje się stosowania przerw,

natomiast w przypadku zajęć trwających 8 godzin przewiduje się przerwę 30 - minutową,

- część zajęć w ramach usługi prowadzona jest w sposób warsztatowy z wykorzystaniem niezbędnego oraz koniecznego sprzętu do realizacji tego typu zajęć w formie praktycznej,
- walidacja prowadzona jest zgodnie z kartą usługi i załączonym harmonogramem,
- termin walidacji jest adekwatny do zaplanowanych metod oceny efektów uczenia się,
- walidacja prowadzona jest przez osobę, która nie uczestniczyła w procesie kształcenia,
- walidacja jest integralną częścią kształcenia, gdyż dopiero po jej przeprowadzeniu

(bez względu na wynik) można uznać usługę za zakończoną zgodnie z wytycznymi.

L.p.	Szczegółowa Tematyka	Liczba Godzin
------	----------------------	---------------

1.	<p>Organizacja pracy na stanowisku specjalista ds. dietyki i odchudzania:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• dietyki zawod przyszłości - analiza szans, możliwości i zagrożeń,</li> <li>• dietyki we własnym gabinecie,</li> <li>• praca w poradni dietyki,</li> <li>• wymagania prawne dotyczące prowadzenia usług dietyki,</li> </ul>	4
2.	<p>Holistyka na drodze do zdrowia, dobrego samopoczucia i prawidłowej wagi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zdrowy styl życia,</li> <li>• nawyki żywieniowe,</li> <li>• psychodietetyka w pracy z klientem.</li> </ul>	4
3.	<p>Wiedza z zakresu BHP na stanowisku specjalista ds. dietyki i odchudzania:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zagrożenia na stanowisku pracy specjalisty ds. dietyki i odchudzania</li> <li>• obowiązków pracodawcy i pracownika,</li> <li>• szacowanie ryzyka zawodowego,</li> <li>• badania wstępne i okresowe dla osób zatrudnionych na stanowisku, specjalisty ds. dietyki i odchudzania.</li> </ul>	2
4.	<p>Zaburzenia odżywiania</p> <p>Klasyfikacja zaburzeń odżywiania:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• jadłowstręt psychiczny,</li> <li>• żarłoczność psychiczna,</li> <li>• zaburzenie odżywiania z napadami niekontrolowanego objadania się,</li> <li>• rola dietyki w leczeniu zaburzeń odżywiania.</li> </ul>	4
5.	Walidacja - część I / cząstkowa	2
6.	<p>Rodzaje diet i ich rola w odchudzaniu praktyka komponowania diet:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• rodzaje diet ze względu na obowiązującą nomenklaturę,</li> <li>• rodzaje diet, przeciwwskazania i zagrożenia,</li> <li>• rodzaje diet mające szczególny wpływ na redukcję masy ciała.</li> </ul>	6

7.	<p>Składniki pokarmowe, charakterystyka i rola w żywieniu człowieka:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• składniki pokarmowe i ich funkcje,</li> <li>• węglowodany, białka i tłuszcze,</li> <li>• mikroskładniki i makroskładniki, witaminy i minerały,</li> <li>• znaczenie wody dla organizmu człowieka.</li> </ul>	6
8.	<p>Suplementacja diety Suplementacja diety we wsparciu terapii otyłości:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• suplementacja diety – fakty i mity,</li> <li>• suplementacja diety we wsparciu terapii otyłości,</li> <li>• składniki suplementów diety oraz ich przeznaczenie.</li> </ul>	2
9.	Walidacja - część II / całościowa	2
	Razem	32

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 12

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<span style="background-color: #e91e63; color: white; padding: 2px;">1 z 12</span> Organizacja pracy na stanowisku specjalista ds. dietetyki i odchudzania.	Paweł Rodak	24-02-2025	16:00	20:00	04:00	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<b>2 z 12</b> Holistyka na drodze do zdrowia, dobrego samopoczucia i prawidłowej wagi.	Paweł Rodak	25-02-2025	16:00	20:00	04:00	Nie
<b>3 z 12</b> Wiedza z zakresu BHP na stanowisku specjalista ds. dietetyki i odchudzania.	Paweł Rodak	10-03-2025	16:00	18:00	02:00	Nie
<b>4 z 12</b> Zaburzenia odżywiania.	Paweł Rodak	10-03-2025	18:00	20:00	02:00	Nie
<b>5 z 12</b> Zaburzenia odżywiania.	Paweł Rodak	11-03-2025	16:00	18:00	02:00	Tak
<b>6 z 12</b> Walidacja – część I / cząstkowa.	Paweł Rodak	11-03-2025	18:00	20:00	02:00	Tak
<b>7 z 12</b> Rodzaje diet i ich rola w odchudzaniu praktyka komponowania diet.	Paweł Rodak	17-03-2025	16:00	20:00	04:00	Nie
<b>8 z 12</b> Rodzaje diet i ich rola w odchudzaniu praktyka komponowania diet.	Paweł Rodak	18-03-2025	16:00	18:00	02:00	Nie
<b>9 z 12</b> Składniki pokarmowe, charakterystyka i rola w żywieniu człowieka.	Paweł Rodak	18-03-2025	18:00	20:00	02:00	Nie

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<b>10 z 12</b> Składniki pokarmowe, charakterystyka i rola w żywieniu człowieka.	Paweł Rodak	24-03-2025	16:00	20:00	04:00	Nie
<b>11 z 12</b> Suplementacja diety. Suplementacja diety we wsparciu terapii otyłości.	Paweł Rodak	25-03-2025	16:00	18:00	02:00	Tak
<b>12 z 12</b> Walidacja – część II / całościowa.	Paweł Rodak	25-03-2025	18:00	20:00	02:00	Tak

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt usługi brutto	2 880,00 PLN
Koszt usługi netto	2 880,00 PLN
Koszt godziny brutto	90,00 PLN
Koszt godziny netto	90,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



**1 z 1**

**Paweł Rodak**

Wykształcenie, m.in.

- Politechnika Częstochowska-studia inżynierskie, kierunek: Zarządzanie i Inżynieria Produkcji w zakresie: Zarządzanie i Bezpieczeństwo Pracy.

- Politechnika Częstochowska-studia uzupełniające magisterskie, kierunek: Zarządzanie i Inżynieria Produkcji.

Specjalność: Doskonalenie Procesów produkcyjnych i usługowych.

- Wyższa Szkoła Zarządzania w Częstochowie - podyplomowe studia pedagogiczne, kierunek: Nauczyciel Przedmiotów Zawodowych.

- Wyższa Szkoła Bankowa we Wrocławiu - studia podyplomowe, kierunek: Psychodietetyka.

- Wyższą Szkołą Nauk społecznych w Lublinie - studia podyplomowe, kierunek: Kosmetologia i odnowa biologiczna.

Staż pracy związany z prowadzeniem szkoleń, warsztatów i wykładów, m.in.

- nauczyciel przedmiotów zawodowych

/ ponad 10 lat pracy w kształceniu osób dorosłych /.

- Własna działalność gospodarcza - Kształcenie ustawiczne dorosłych i pozostałe formy kształcenia, gdzie indziej nie sklasyfikowane- zatrudniony na podstawie umowy o dzieło z szeregiem firm szkoleniowych, szkół, urzędów i instytucji społecznych

/ 25 lat pracy w zawodzie trenera, ponad 1000 godzin szkoleń /.

- Trener projektów szkoleniowych, współfinansowanych ze środków Unii Europejskiej

/ ponad 10 lat pracy w zawodzie trenera, ponad 500 godzin szkoleń /.

- Wykładowca i założyciel CPS Centrum Projektów Szkoleniowych, blisko 3000 wydanych certyfikatów w Polsce i zagranicą

/ 4 lata pracy wykładowcy, ponad 600 godzin dydaktycznych /.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały, które uczestnicy otrzymują na własność:

- teczka A4,
- notatnik A4,
- długopis i ołówek,
- podręcznik o tematyce z zakresu kursu,
- materiały niezbędne do przeprowadzenia kursu.

### Warunki uczestnictwa

Uczestnicy kursu, którzy posiadają:

- ukończone 18 lat,
- brak przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania pracy na stanowisku zgodnym z kierunkiem kursu,
- przystąpienie do procesu walidacji częściowej i całościowej.

### Informacje dodatkowe

1. Zastrzegamy prawo do zmiany harmonogramu, kadry wykładowców i walidatorów w przypadku zaistnienia nieprzewidzianych okoliczności.
2. Warunkiem ukończenia kursu jest obecność na zajęciach (minimum 80% godzin kursu), przystąpienie do procesu walidacji.
3. Po zakończonym kursie uczestnik otrzymuje odpowiednie zaświadczenie i certyfikat.



# Warunki techniczne

Usługa będzie prowadzona na platformie ClickMeeting.

Wymagania, które muszą zostać spełnione:

- Procesor dwurdzeniowy 2GHz lub lepszy (zalecany czterordzeniowy);
- 2GB pamięci RAM (zalecane 4GB lub więcej);
- System operacyjny taki jak Windows 10 (zalecany Windows 11), Mac OS wersja 13 (zalecana najnowsza wersja), Linux, Chrome OS.

Ponieważ ClickMeeting jest platformą opartą na przeglądarce, wymagane jest korzystanie z Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari, Edge (Chromium), Yandex lub Opera.

Aby móc korzystać z usługi na niektórych urządzeniach mobilnych, konieczne może być pobranie odpowiedniej aplikacji w iTunes App Store lub Google Play Store.

Do korzystania z usługi w pełnym zakresie dźwięku i obrazu, konieczne jest posiadanie kamery internetowej, mikrofonu lub zestawu słuchawkowego, lub głośników podłączonych do urządzenia i rozpoznanych przez urządzenie i nie powinny być one jednocześnie używane przez żadną inną aplikację.

## Adres

ul. Gabriela Narutowicza 64  
97-300 Piotrków Trybunalski  
woj. łódzkie

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe
- winda

## Kontakt



**Patrycja Łaska**

**E-mail** sekretariat@aktywneszkolenie.pl

**Telefon** (+48) 730 775 766