



Kurs specjalista ds. dietyki i odchudzania.

Numer usługi 2025/02/06/165576/2544352

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"



📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 32 h

📅 19.05.2025 do 07.07.2025

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Dietetyka
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	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. Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój.
Minimalna liczba uczestników	6
Maksymalna liczba uczestników	10
Data zakończenia rekrutacji	15-05-2025
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	32
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Znak Jakości TGLS Quality Alliance

Cel

Cel edukacyjny

Usługa- kurs „Specjalista ds. dietyki i odchudzania” umożliwia zdobycie podstawowych kompetencji zawodowych, które pomogą uczestnikowi zdobyć odpowiednie kompetencje do samodzielnej pracy w zawodach związanych ze zdrowym odżywianiem oraz dietyką. 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 dietyki.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uzasadnia zastosowanie podstawowej wiedzy z zakresu dietyki z praktycznym jej zastosowaniem przy tworzeniu jadłospisu.	Uczestnik kursu charakteryzuje podstawowe pojęcia żywieniowe i potrafi nabytą wiedzę sprawdzić w praktyce.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Planuje przeprowadzić wywiad żywieniowy i dokonuje oceny stanu odżywienia w oparciu o dostępne badania oraz pogłębioną kontrolę stanu odżywienia.	Uczestnik kursu projektuje samodzielne wykonać plan żywieniowy na podstawie sprawdzonej wiedzy z zakresu dietyki. Uczestnik kursu rozróżnia rodzaje diet i monitoruje kryteria ich stosowania. Uczestnik kursu w praktyce sprawdza się podczas samodzielnego prowadzenia indywidualnego poradnictwa żywieniowego.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

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 jak 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 - zdalna 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,
- 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.	Organizacja pracy na stanowisku specjalista ds. dietetyki i odchudzania: <ul style="list-style-type: none">• dietetyk zawód przyszłości - analiza szans, możliwości i zagrożeń,• dietetyk we własnym gabinecie,• praca w poradni dietetycznej,• wymagania prawne dotyczące prowadzenia usług dietetycznych.	4
2.	Holistyka na drodze do zdrowia, dobrego samopoczucia i prawidłowej wagi: <ul style="list-style-type: none">• zdrowy styl życia,• nawyki żywieniowe,• psychodietetyka w pracy z klientem.	4

3.	<p>Wiedza z zakresu BHP na stanowisku specjalista ds. dietetyki i odchudzania:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zagrożenia na stanowisku pracy specjalisty ds. dietetyki i odchudzania, • obowiązki pracodawcy i pracownika, • szacowanie ryzyka zawodowego, • badania wstępne i okresowe dla osób zatrudnionych na stanowisku specjalisty ds. dietetyki i odchudzania. 	2
4.	<p>Zaburzenia odżywiania</p> <p>Klasyfikacja zaburzeń odżywiania:</p> <ul style="list-style-type: none"> • jadłowstręt psychiczny, • żarłoczność psychiczna, • zaburzenie odżywiania z napadami niekontrolowanego objadania się, • rola dietetyka w leczeniu zaburzeń odżywiania. 	6
5.	<p>Rodzaje diet i ich rola w odchudzaniu. Praktyka komponowania diet:</p> <ul style="list-style-type: none"> • rodzaje diet ze względu na obowiązującą nomenklaturę, • rodzaje diet, przeciwwskazania i zagrożenia, • rodzaje diet mające szczególny wpływ na redukcję masy ciała. 	6
6.	<p>Składniki pokarmowe, charakterystyka i rola w żywieniu człowieka:</p> <ul style="list-style-type: none"> • składniki pokarmowe i ich funkcje, • węglowodany, białka i tłuszcze, • mikroskładniki i makroskładniki, witaminy i minerały, • znaczenie wody dla organizmu człowieka. 	6
7.	<p>Suplementacja diety. Suplementacja diety we wsparciu terapii otyłości:</p> <ul style="list-style-type: none"> • suplementacja diety – fakty i mity, • suplementacja diety we wsparciu terapii otyłości, • składniki suplementów diety oraz ich przeznaczenie. 	2
8.	Walidacja.	2
	Razem	32

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 11

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 11 Organizacja pracy na stanowisku specjalista ds. dietetyki i odchudzania (czat/rozmowa na żywo).	Paweł Rodak	19-05-2025	16:00	20:00	04:00
2 z 11 Holistyka na drodze do zdrowia, dobrego samopoczucia i prawidłowej wagi (czat/rozmowa na żywo).	Paweł Rodak	26-05-2025	16:00	20:00	04:00
3 z 11 Wiedza z zakresu BHP na stanowisku specjalista ds. dietetyki i odchudzania (czat/rozmowa na żywo).	Paweł Rodak	02-06-2025	16:00	18:00	02:00
4 z 11 Zaburzenia odżywiania (czat/rozmowa na żywo).	Paweł Rodak	02-06-2025	18:00	20:00	02:00
5 z 11 Zaburzenia odżywiania (czat/rozmowa na żywo).	Paweł Rodak	09-06-2025	16:00	20:00	04:00
6 z 11 Rodzaje diet i ich rola w odchudzaniu praktyka komponowania diet (czat/rozmowa na żywo).	Paweł Rodak	16-06-2025	16:00	20:00	04:00
7 z 11 Rodzaje diet i ich rola w odchudzaniu praktyka komponowania diet (czat/rozmowa na żywo).	Paweł Rodak	23-06-2025	16:00	18:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 11 Składniki pokarmowe, charakterystyka i rola w żywieniu człowieka (czat/rozmowa na żywo).	Paweł Rodak	23-06-2025	18:00	20:00	02:00
9 z 11 Składniki pokarmowe, charakterystyka i rola w żywieniu człowieka (czat/rozmowa na żywo).	Paweł Rodak	30-06-2025	16:00	20:00	04:00
10 z 11 Suplementacja diety. Suplementacja diety we wsparciu terapii otyłości (czat/rozmowa na żywo).	Paweł Rodak	07-07-2025	16:00	18:00	02:00
11 z 11 Walidacja – Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie.	Paweł Rodak	07-07-2025	18:00	20:00	02:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 880,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 880,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	90,00 PLN
Koszt osobogodziny 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.
- Wyższa Szkoła 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 /,
- 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,
- przystąpią do procesu walidacji.

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.
4. Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach Projektu Kierunek – Rozwój.

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.

Kontakt



Patrycja Łaska

E-mail sekretariat@aktywneszkolenie.pl

Telefon (+48) 730 775 766