



Wioletta Jaworska
Brak ocen dla tego dostawcy

Nowoczesne trendy w dietetyce

Numer usługi 2025/07/15/186782/2879087

📍 Lubin / stacjonarna
🏠 Usługa szkoleniowa
🕒 48 h
📅 05.09.2025 do 12.09.2025

8 520,00 PLN brutto
8 520,00 PLN netto
177,50 PLN brutto/h
177,50 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne
Grupa docelowa usługi	osoby dorosłe, dietetycy a także osoby chcące wprowadzić do swojego codziennego życia zdrowe nawyki żywieniowe
Minimalna liczba uczestników	3
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	03-09-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	48
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat VCC Akademia Edukacyjna

Cel

Cel edukacyjny

Kurs pozwala poszerzyć wiedzę dotyczącą nowoczesnych trendów w dietetyce, w tym dotyczącą nowoczesnych aplikacji i kalkulatorów diet oraz najnowszych doniesień naukowych dotyczących żywienia modnych diet.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
--------------------	----------------------	------------------

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik zna rzetelne źródła wiedzy dotyczącej diety dostępnej w internecie	- Potrafi wymienić bazy danych publikujące wyniki badań naukowych. - Zna zasady korzystania z naukowych baz danych. - Potrafi wyszukać badania odpowiadające na zadane pytania	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik zna i potrafi wykorzystać w praktyce aplikacje dietetyczne i kalkulatory diet	- Zna zasady działania najpopularniejszych aplikacji dietetycznych - Potrafi korzystać z kalkulatorów diet	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik zna pojęcie superfoods i potrafi włączyć je do diety	- Potrafi wyjaśnić czym są superfoods. - Zna najpopularniejsze produkty spożywcze zaliczane do tej kategorii i potrafi wymienić ich prozdrowotne właściwości. - Potrafi zaplanować dietę bogatą w superfoods.	Test teoretyczny
Uczestnik zna modne diety	- Potrafi wymienić najmodniejsze diety w ostatnich latach - Zna ranking diet 2025 - Umie wyjaśnić zalety najlepszych diet. - Potrafi znaleźć wady najgorszych diet	Deбата swobodna
Uczestnik zna pojęcie "Clean Label"	- Potrafi zdefiniować pojęcie "Clean Label" - Zna zasady przyznawania tego certyfikatu. - Potrafi wymienić produkty spożywcze, które uzyskały certyfikat. - Wie, którzy producenci posiadają w swojej ofercie produkty, które zostały oznaczone tym symbolem	Deбата swobodna
Uczestnik wie czym jest nutrigenomika	- Zna wpływ składników diety na geny człowieka - Wie czym jest programowanie żywieniowe. - Potrafi zaplanować jadłospis skupiający się na profilaktyce chorób dietozależnych.	Deбата swobodna

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

TAK

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

TAK

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

TAK

Program

- 1. Internet a dietetyka
- 2. Aplikacje i kalkulatory diet
- 3. Superfoods - czy zawsze bezkonkurencyjne?
- 4. Modne diety
 - 1. Breatharianie
 - 2. Frutarianie
 - 3. Post przerywany
- 5. Ranking diet 2025 - najlepsze i najgorsze diety według U.S. News&World Report
- 6. Clean Label - czysta etykieta to czyste zdrowie?
- 7. Nutrigenomika i programowanie żywieniowe.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 31

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 31 Aplikacje i kalkulatory diet	Natalia Jaworska	05-09-2025	12:00	14:15	02:15
2 z 31 Przerwa	Natalia Jaworska	05-09-2025	14:15	14:25	00:10
3 z 31 Aplikacje i kalkulatory diet	Natalia Jaworska	05-09-2025	14:25	16:40	02:15
4 z 31 Przerwa	Natalia Jaworska	05-09-2025	16:40	16:50	00:10
5 z 31 Aplikacje i kalkulatory diet	Natalia Jaworska	05-09-2025	16:50	18:20	01:30
6 z 31 Przerwa	Natalia Jaworska	05-09-2025	18:20	18:30	00:10
7 z 31 Aplikacje i kalkulatory diet	Natalia Jaworska	05-09-2025	18:30	20:00	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 31 Aplikacje i kalkulatory diet	Natalia Jaworska	06-09-2025	09:00	10:30	01:30
9 z 31 Przerwa	Natalia Jaworska	06-09-2025	10:30	10:40	00:10
10 z 31 Internet a dietetyka	Natalia Jaworska	06-09-2025	10:40	12:55	02:15
11 z 31 Przerwa	Natalia Jaworska	06-09-2025	12:55	13:05	00:10
12 z 31 Internet a dietetyka	Natalia Jaworska	06-09-2025	13:05	14:35	01:30
13 z 31 Przerwa	Natalia Jaworska	06-09-2025	14:35	14:45	00:10
14 z 31 Superfoods - czy zawsze bezkonkurencyjne?	Natalia Jaworska	06-09-2025	14:45	17:00	02:15
15 z 31 Modne diety	Natalia Jaworska	07-09-2025	09:00	12:00	03:00
16 z 31 Przerwa	Natalia Jaworska	07-09-2025	12:00	12:20	00:20
17 z 31 Modne diety	Natalia Jaworska	07-09-2025	12:20	15:20	03:00
18 z 31 Przerwa	Natalia Jaworska	07-09-2025	15:20	15:30	00:10
19 z 31 Modne diety	Natalia Jaworska	07-09-2025	15:30	17:00	01:30
20 z 31 Ranking diet 2025 – najlepsze i najgorsze diety według U.S. News&World Report	Natalia Jaworska	10-09-2025	12:00	14:15	02:15
21 z 31 Przerwa	Natalia Jaworska	10-09-2025	14:15	14:25	00:10
22 z 31 Nutrigenomika i programowanie żywieniowe	Natalia Jaworska	10-09-2025	14:25	16:40	02:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
23 z 31 Przerwa	Natalia Jaworska	10-09-2025	16:40	16:50	00:10
24 z 31 Nutrigenomika i programowanie żywieniowe	Natalia Jaworska	10-09-2025	16:50	18:20	01:30
25 z 31 Przerwa	Natalia Jaworska	10-09-2025	18:20	18:30	00:10
26 z 31 Clean Label - czysta etykieta to czyste zdrowie?	Natalia Jaworska	10-09-2025	18:30	20:00	01:30
27 z 31 Nutrigenomika i programowanie żywieniowe	Natalia Jaworska	12-09-2025	13:30	15:45	02:15
28 z 31 Przerwa	Natalia Jaworska	12-09-2025	15:45	15:50	00:05
29 z 31 Nutrigenomika i programowanie żywieniowe	Natalia Jaworska	12-09-2025	15:50	18:05	02:15
30 z 31 Przerwa	Natalia Jaworska	12-09-2025	18:05	18:20	00:15
31 z 31 Nutrigenomika i programowanie żywieniowe	Natalia Jaworska	12-09-2025	18:20	19:50	01:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	8 520,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	8 520,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	177,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	177,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Natalia Jaworska

Jest absolwentką studiów I i II stopnia na Uniwersytecie Medycznym w Łodzi na Wydziale Nauk o Zdrowiu. Ponadto ukończyła studia podyplomowe z zakresu psychodietetyki. W związku z ciągłą potrzebą rozwoju, od wielu lat bierze udział w dodatkowych szkoleniach i konferencjach naukowych. Doświadczenie zawodowe zdobywała w renomowanych ośrodkach zdrowia oraz placówkach związanych z dietetyką. Od 2021 roku pracuje jako nauczyciel akademicki na Uniwersytecie Medycznym im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu. Poza pracą akademicką i naukową bierze udział w programie Opieki Koordynowanej NFZ, w którym zmienia nawyki żywieniowe dzieci, dorosłych i seniorów.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje materiały szkoleniowe: długopis, notatnik i teczkę z autorskimi materiałami dydaktycznymi.

Warunki uczestnictwa

Ukończone 18 lat

Informacje dodatkowe

1 godzina dydaktyczna szkolenia to 45 minut.

Przerwy nie są wliczane w proces dydaktyczny.

Adres

ul. Orla 52A
59-300 Lubin
woj. dolnośląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe

Kontakt



Wioletta Jaworska



E-mail kontakt@wiolettajaworska.pl

Telefon (+48) 791 645 522