



Wioletta Jaworska
Brak ocen dla tego dostawcy

Wpływ diety na geny

Numer usługi 2025/09/08/186782/2992922

📍 Lubin / stacjonarna
🏠 Usługa szkoleniowa
🕒 18 h
📅 27.09.2025 do 28.09.2025

2 700,00 PLN brutto
2 700,00 PLN netto
150,00 PLN brutto/h
150,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Dietetyka
Grupa docelowa usługi	Specjaliści z obszaru zdrowia i żywienia osoby zainteresowane rozwojem osobistym w zakresie zdrowia
Minimalna liczba uczestników	3
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	25-09-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	18
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat VCC Akademia Edukacyjna

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest wyposażenie uczestników w wiedzę i praktyczne umiejętności z zakresu nutrigenomiki i epigenetyki, aby potrafili świadomie analizować i wykorzystywać zależności między sposobem odżywiania a ekspresją genów. Uczestnicy nauczą się:

rozumieć podstawowe mechanizmy wpływu składników diety na regulację genów,
odróżniać fakty naukowe od mitów dotyczących „diety genetycznej”,
oceniać znaczenie mikro- i makroskładników w kontekście epigenetyki,
interpretować podstawowe wyniki badań.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Zna pojęcie programowania żywieniowego	1. Zna wpływ składników diety na geny człowieka 2. Wie czym jest programowanie żywieniowe. 3. Potrafi zaplanować jadłospis skupiający się na profilaktyce chorób dietozależnych.	Wywiad swobodny
Wie czym jest nutrigenomika	Poprawnie definiuje pojęcia: nutrigenomika, epigenetyka, nutrigenetyka	Wywiad swobodny
Zna wpływ diety na geny i zdrowie człowieka	Wymienia co najmniej 3 choroby cywilizacyjne, w których znaczenie ma dieta i regulacja genów	Wywiad swobodny

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

Programowanie żywieniowe.

Składniki diety a regulacja genów.

Dieta a predyspozycje genetyczne.

Wprowadzenie do nutrigenomiki i epigenetyki.

Wpływ diety na zdrowie i choroby cywilizacyjne.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 12

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 12 Programowanie żywieniowe	Joanna Popek	27-09-2025	10:00	12:15	02:15
2 z 12 Przerwa	Joanna Popek	27-09-2025	12:15	12:30	00:15
3 z 12 Składniki diety a regulacje genów	Joanna Popek	27-09-2025	12:30	15:30	03:00
4 z 12 Przerwa	Joanna Popek	27-09-2025	15:30	15:45	00:15
5 z 12 Dieta a predyspozycje genetyczne	Joanna Popek	27-09-2025	15:45	18:00	02:15
6 z 12 Dieta a predyspozycje genetyczne	Joanna Popek	28-09-2025	14:00	15:30	01:30
7 z 12 Przerwa	Joanna Popek	28-09-2025	15:30	15:40	00:10
8 z 12 Wprowadzenie do nutrigenomiki i epigenetyki	Joanna Popek	28-09-2025	15:40	17:55	02:15
9 z 12 Przerwa	Joanna Popek	28-09-2025	17:55	18:10	00:15
10 z 12 Wpływ diety na zdrowie i choroby cywilizacyjne.	Joanna Popek	28-09-2025	18:10	20:25	02:15
11 z 12 Przerwa	Joanna Popek	28-09-2025	20:25	20:30	00:05
12 z 12 Walidacja	-	28-09-2025	20:30	21:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
-------------	------

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 700,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 700,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	150,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	150,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Joanna Popek

Joanna Popek jest doświadczonym dietetykiem klinicznym, absolwentką studiów licencjackich i magisterskich na kierunku dietetyka Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu. W swojej pracy naukowej i praktyce zawodowej konsekwentnie opiera się na rzetelnych źródłach oraz aktualnych doniesieniach naukowych, co sprawia, że jej podejście do dietetyki jest zarówno nowoczesne, jak i oparte na faktach. Współpracowała z firmą Nutricia Medyczna w ramach programu ambasadorskiego, w którym promowała wiedzę na temat żywienia klinicznego w środowisku akademickim. Jej zainteresowania badawcze obejmują przede wszystkim zagadnienia związane z dietetyką kliniczną, wsparciem żywieniowym oraz rolą żywienia w chorobach przewlekłych. Jest absolwentką kursu „Żywienie pozajelitowe i dojelitowe w warunkach domowych” organizowanego przez Polskie Towarzystwo Żywienia Pozajelitowego, Dojelitowego i Metabolizmu (POLSPEN). Wiedzę tę wykorzystuje od 5 lat w praktyce klinicznej, pracując jako asystent w Klinice Gastroenterologii Dziecięcej i Chorób Metabolicznych Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu. W ramach obowiązków dydaktycznych prowadzi zajęcia dla studentów dietetyki i medycyny, dzieląc się wiedzą i doświadczeniem z przyszłymi specjalistami ochrony zdrowia. Równolegle realizuje projekty badawcze, koncentrując się na nowoczesnych rozwiązaniach w dietetyce klinicznej.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymają autorskie materiały dydaktyczne wykładowcy, teczkę, notatnik, długopis

Warunki uczestnictwa

Ukończone 18 lat

Informacje dodatkowe

1 godzina lekcyjna trwa 45 min.

Przerwa nie jest wliczona w proces dydaktyczny.

Obecność obowiązkowa w min. 80% zajęć.

Adres

ul. Orla 52A

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