



Dietetyka - różnorodność sposobów odżywiania - studia podyplomowe

Numer usługi 2025/12/17/9407/3218078

8 000,00 PLN brutto

8 000,00 PLN netto

28,37 PLN brutto/h

28,37 PLN netto/h

Akademia
Górnośląska im.
Wojciecha
Korfanteo w
Katowicach

★★★★★ 4,5 / 5

851 ocen

📍 Katowice / stacjonarna

🏠 Studia podyplomowe

🕒 282 h

📅 11.04.2026 do 28.02.2027

Informacje podstawowe

Kategoria

Styl życia / Dietetyka

Grupa docelowa usługi

1. Adresatami studiów podyplomowych są osoby posiadające wykształcenie wyższe, zainteresowane zagadnieniami zdrowego odżywiania, dietetyki oraz suplementacji, zarówno pracujące, jak i poszukujące zatrudnienia. Studia skierowane są do osób chcących lepiej zadbać o zdrowie własne i swoich bliskich oraz do osób poszukujących możliwości zdobycia dodatkowej specjalizacji poza dotychczas wykonywaną pracą. Oferta dedykowana jest instruktorom, trenerom i sportowcom pragnącym poszerzyć kompetencje zawodowe, a także osobom wykonującym zawody medyczne i okołomedyczne. Studia adresowane są również do osób prowadzących własną działalność gospodarczą, w szczególności w obszarach, w których wiedza z zakresu dietetyki i zdrowego żywienia znajduje zastosowanie praktyczne, takich jak sklepy ze zdrową żywnością, bary i restauracje, kluby fitness, siłownie, domy opieki oraz inne podmioty związane ze zdrowiem i stylem życia.

Minimalna liczba uczestników

8

Maksymalna liczba uczestników

35

Data zakończenia rekrutacji

27-03-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

282

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

art. 163 ust. 1 ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (t. j. Dz. U. z 2024 r. poz. 1571, z późn. zm.)

Cel

Cel edukacyjny

Usługa „Dietetyka - różnorodność sposobów odżywiania - studia podyplomowe” potwierdza przygotowanie do planowania, bilansowania i wdrażania indywidualnie dopasowanego żywienia zdrowego i terapeutycznego, opartego na aktualnej wiedzy naukowej, z uwzględnieniem aspektów klinicznych, psychologicznych i praktycznych w celu wspierania zdrowia, profilaktyki chorób oraz poprawy jakości życia.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje podstawowe zasady dietetyki klinicznej i żywienia człowieka zdrowego.	Opisuje zasady żywienia człowieka zdrowego i pacjentów z jednostkami chorobowymi. Wskazuje powiązania między sposobem żywienia a stanem zdrowia w wybranych przypadkach.	Test teoretyczny
Rozróżnia różne sposoby odżywiania, w tym dietę keto, Ajurwedę, makrobiotykę oraz diety specjalistyczne.	Klasyfikuje diety według ich zasad i zastosowania. Uzasadnia wybór odpowiedniego sposobu odżywiania w zależności od potrzeb pacjenta/klienta.	Test teoretyczny
Uzasadnia wpływ makro- i mikrośladników na organizm oraz rolę żywności funkcjonalnej i suplementów.	Wyjaśnia funkcje poszczególnych składników odżywczych w przygotowanych przykładach dietetycznych. Analizuje wpływ suplementów i żywności funkcjonalnej w wybranych przypadkach klinicznych.	Test teoretyczny
Ocenia stan odżywienia pacjenta i rozpoznaje niedożywienie w praktycznych scenariuszach klinicznych.	Dokonuje oceny stanu odżywienia na podstawie badań i wywiadu. Identyfikuje objawy niedożywienia i dokumentuje wyniki oceny.	Test teoretyczny
Projektuje i planuje jadłospisy oraz diety dostosowane do potrzeb zdrowych osób i pacjentów z jednostkami chorobowymi.	Tworzy kompletny jadłospis spełniający wymagania energetyczne i odżywcze wybranej grupy. Uzasadnia wybór produktów i sposób ich przygotowania w zależności od potrzeb pacjenta.	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Komponuje i planuje posiłki zgodnie z zasadami Pięciu Przemian w Tradycyjnej Medycynie Chińskiej oraz aktualnymi wytycznymi dietetycznymi. Komunikuje zalecenia dietetyczne w sposób zrozumiały i motywujący dla różnych grup odbiorców.	Tworzy potrawy według zasad Pięciu Przemian i wskazówek dietetycznych. Analizuje wartość odżywczą sporządzonych posiłków i ich zgodność z planem żywieniowym.	Test teoretyczny
	Przekazuje informacje dietetyczne w formie jasnej i zrozumiałej dla pacjenta. Motywuje klienta/pacjenta do wprowadzenia zaleceń dietetycznych.	Test teoretyczny Obserwacja w warunkach symulowanych
Przestrzega zasad etyki zawodowej i odpowiedzialności w pracy dietetyka, w tym w pracy z pacjentami i klientami indywidualnymi.	Stosuje zasady etyki zawodowej podczas konsultacji i przygotowywania planów żywieniowych. Wykazuje odpowiedzialność w podejmowaniu decyzji żywieniowych i suplementacyjnych dla pacjenta.	Test teoretyczny Obserwacja w warunkach symulowanych

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

Diagnostyka laboratoryjna

Kliniczny zarys chorób

Ocena stanu żywienia, ocena stanu odżywienia i rozpoznawanie niedożywienia

Planowanie diety w dietetyce klinicznej

Planowanie racjonalnego żywienia dla różnych grup ludności

Podstawy dietetyki klinicznej

Technologia przygotowania potraw

Zasady układania jadłospisu

Żywienie człowieka zdrowego

Żywność funkcjonalna oraz specjalnego przeznaczenia

Kuracje oczyszczające

Podstawy dietetyki wg Tradycyjnej Medycyny Chińskiej

Podstawy żywienia kobiet w ciąży w TCM

Praktyczne gotowanie wg. Pięciu przemian Medycyny Chińskiej

Środki roślinne z dalekich krajów w suplementach

Wyciągi z roślin wykorzystywane w suplementach

Efektywna praca z klientem

Psychologia odżywiania

Prawidłowa suplementacja

Dieta keto

Dieta w Ajurwedzie

Makrobiotyka

Post przerywany dla kobiet

Post przerywany dla mężczyzn

Różnorodność sposobów odżywiania na świecie

Zdrowe i smaczne metody żywienia ze świata

Egzamin

Godziny zajęć podane w harmonogramie są godzinami zegarowymi w które wliczone są przerwy. Długość przerw może ulec zmianie w porozumieniu między uczestnikami a wykładowcą.

Ilość godzin programowych jest podana w godzinach dydaktycznych. 1 h dydaktyczna = 45 minut (zegarowe).

Czas trwania: 2 semestry.

Dni zajęć: soboty i niedziele w godz. 08:00-16:00, dwa razy w miesiącu. Dodatkowo jeden zjazd na egzamin końcowy.

Łączna ilość godzin: 282 godzin kontaktowych.

Liczba godzin zajęć praktycznych - 32 godz.

Liczba godzin zajęć teoretycznych - 250 godz.

Program umożliwia uzyskanie 30 punktów ECTS.

Dokumentem potwierdzającym ukończenie studiów podyplomowych jest Świadectwo ukończenia studiów.

Zajęcia na studiach w formie stacjonarnej realizowane są w formie ćwiczeń, warsztatów, analizy studiów przypadków (case study), wykładów multimedialnych oraz konsultacji z ekspertami.

Zajęcia są prowadzone przez doświadczonych specjalistów i praktyków z zakresu dietetyki klinicznej, farmacji, fizjoterapii, ajurwedy, Tradycyjnej Medycyny Chińskiej, fitoterapii, farmakoterapii, coachingu oraz holistycznej pracy z ciałem i umysłem.

Aktywizująca Uczestników forma prowadzenia zajęć pozwoli na wyćwiczenie umiejętności rozwiązywania problemów zarówno przedstawianych przez wykładowcę jak i podnoszonych na bieżąco przez słuchaczy.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	8 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	8 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	28,37 PLN
Koszt osobogodziny netto	28,37 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 6



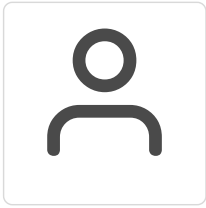
1 z 6

Dagmara Zachciał

Certyfikowana Konsultantka Ajurwedy II stopnia, Terapeutka Reiki I stopnia. Twórczyni strony "Odetchnij w Ajurwedzie - Dagmara Zachciał", na której dzieli się wiedzą o tym, jak poprzez małe kroki wprowadzać wielkie zmiany w życiu. Uczy, jak połączyć mądrość Ajurwedy z codziennymi wyzwaniami oraz jak z jej pomocą lepiej zrozumieć siebie i swoje potrzeby.

Na co dzień prowadzi zajęcia jogi, warsztaty z Ajurwedy, a także indywidualne konsultacje, które pomagają uczestnikom w procesach oczyszczania i przywracania równowagi ciała oraz umysłu w duchu Ajurwedy. Dagmara łączy praktyczne podejście z głęboką wiedzą na temat tej starożytnej tradycji medycznej, dostosowując ją do współczesnych potrzeb. Prywatnie pasjonatka górskich wędrówek, wypraw rowerowych oraz spokojnych chwil nad morzem, zawsze z książką i w towarzystwie rodziny. Zawodowo, jak i prywatnie, pełni rolę mamy i żony, co pozwala jej łączyć

praktykę z życiem codziennym i dzielić się nią z innymi. W ciągu ostatnich 5 lat aktywnie rozwijała doświadczenie zawodowe w wymienionych obszarach specjalizacji.



2 z 6

Ewa Schmidt

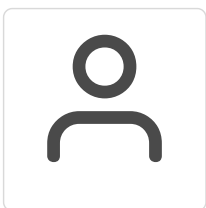
Terapeuta Konsultant Ajurwedy TMI (Tradycyjna Medycyna Indyjska), ukończyła Zarządzanie i Inżynierię Produkcji Żywności w Akademii Techniczno-Humanistycznej w Bielsku-Białej, studiowała w „Jiva” Institute Faridabad-Indie, w Instytucie Medycyny Klasztornej w Katowicach uzyskała zawód Zielarza-Fitoterapeuty, jest Bioeneroterapeutą według metody Zdenko Domancica, zajmuje się Nową Medycyną Germańską, makrobiotyką oraz terapią wisceralną, ukończyła techniki masażu opracowane przez profesora Aleksandra Ogułowa, prowadziła konsultacje indywidualne i grupowe z zakresu Ajurwedy, makrobiotyki i ziołolecznictwa, organizowała warsztaty zdrowego odżywiania oraz praktyczne zajęcia z terapii manualnych i masażu, aktywnie uczestniczyła w szkoleniach i kursach podnoszących kwalifikacje w obszarze dietytyki, medycyny naturalnej oraz terapii manualnych, w tym technik opracowanych przez prof. Ogułowa, pełniła funkcję eksperta i prowadzącego zajęcia praktyczne w zakresie terapii naturalnych i Ajurwedy. W ciągu ostatnich 5 lat aktywnie rozwijała doświadczenie zawodowe w wymienionych obszarach specjalizacji.



3 z 6

Gabriela Grzechuła

Magister fizjoterapii, absolwentka AWF w Katowicach, specjalizująca się w holistycznym podejściu do zdrowia według zasad Tradycyjnej Medycyny Chińskiej, którą zgłębiała na licznych szkoleniach w Instytucie Medycyny Chińskiej w Krakowie. Posiada tytuł zielarza-fitoterapeuty uzyskany w Instytucie Medycyny Klasztornej w Katowicach oraz tytuł refleksologa nadany przez Międzynarodową Akademię Refleksologii. Jako doświadczony wykładowca i promotor, prowadzi zajęcia z Medycyny Chińskiej i Refleksoterapii stóp w Instytucie Zielarstwa Polskiego. Praktykę masażu rozpoczęła podczas studiów, poszerzając ją o kursy masażu klasycznego, gorącymi kamieniami, stemplami ziołowymi i bańką chińską. W swojej pracy stosuje także techniki takie jak Lomi Lomi Nui, Peloha oraz masaże ajurwedyjskie, dbając o równowagę ciała, umysłu i ducha. Znana z pozytywnej energii, życzliwości i otwartości na innych. W ciągu ostatnich 5 lat aktywnie rozwijała doświadczenie zawodowe w wymienionych obszarach specjalizacji.



4 z 6

Joanna Wardenga

Dietetyk kliniczny, absolwentka Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach. Specjalizuje się w żywieniu człowieka, ze szczególnym uwzględnieniem żywienia w sporcie, leczenia żywieniowego w warunkach szpitalnych i domowych oraz żywienia w chorobach cywilizacyjnych. Aktywnie uczestniczy w licznych szkoleniach i konferencjach naukowych, stale poszerzając swoją wiedzę i kompetencje. Obecnie prowadzi szkolenia dla ekspertów i pasjonatów zdrowego odżywiania, a także organizuje spotkania promujące zdrowy styl życia. W swojej pracy wspiera osoby borykające się z problemami takimi jak nieprawidłowa masa ciała, złe nawyki żywieniowe czy trudności w skutecznym odchudzaniu, przekazując praktyczną wiedzę i motywując do trwałych zmian. W ciągu ostatnich 5 lat aktywnie rozwijała doświadczenie zawodowe w wymienionych obszarach specjalizacji.



5 z 6

Mateusz Grzegoszczyk

Absolwent Wydziału Farmaceutycznego z Oddziałem Medycyny Laboratoryjnej Śląskiego Uniwersytetu Medycznego na kierunku farmacja. Ukończył studia podyplomowe z pedagogiki oraz matematyki z chemią. Specjalizuje się w farmakologii, farmakognozji oraz farmakoterapii, wykorzystując swoją wiedzę w pracy w aptece, gdzie wspiera pacjentów w walce z dolegliwościami.

Prowadzi zajęcia i opiekę nad uczniami technik farmaceutycznego, przygotowując ich do pełnienia kluczowej roli w systemie opieki zdrowotnej. Zafascynowany rozwojem naukowym i edukacyjnym, aktywnie poszerza swoje kompetencje oraz dzieli się wiedzą ze słuchaczami. Jego zainteresowania obejmują farmakoterapię, zastosowanie leków roślinnych, botanikę, a także wpływ czynników społecznych i stanu psychicznego na skuteczność leczenia i zdrowie pacjenta. W ciągu ostatnich 5 lat aktywnie rozwijał doświadczenie zawodowe w wymienionych obszarach specjalizacji.



6 z 6

Agnieszka Szotek

Opiekun merytoryczny kierunku, dyplomowany coach i coach prowokatywny, trener biznesu oraz specjalistka w zakresie Transforming Communication™, NLP, Jogi Śmiechu i budowania Rezyliencji (budowanie odporności). Facylitator metody FreshBiz™, certyfikowany Agile Project Manager i Scrum Master. Mistrzyni i nauczycielka Reiki oraz konsultantka Panoramy Społecznej. W swojej pracy kładzie nacisk na budowanie zaufania i głębokiego zrozumienia potrzeb klienta lub pacjenta, podkreślając, że sukces terapii zależy nie tylko od wiedzy merytorycznej, ale przede wszystkim od umiejętności tworzenia trwałych relacji oraz precyzyjnej komunikacji. Specjalizuje się w dostosowywaniu podejścia do indywidualnej sytuacji zdrowotnej, emocjonalnej i życiowej. Agnieszka zwraca uwagę na istotę odporności psychologicznej, niezbędnej w dzisiejszym świecie pełnym stresu i presji, oraz na znaczenie prawidłowego oddechu – kluczowego dla redukcji napięcia, poprawy motywacji i ogólnego dobrostanu. Poprzez praktyki medytacyjne i techniki relaksacyjne wspiera rozwój zarówno zdrowia ciała, jak i ducha, integrując tę wiedzę w procesie edukacji i pracy z klientami. W ciągu ostatnich 5 lat aktywnie rozwijała doświadczenie zawodowe w wymienionych obszarach specjalizacji.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały dydaktyczne przekazywane są uczestnikom drogą elektroniczną – za pośrednictwem poczty e-mail. Uczestnicy otrzymają materiały bezpośrednio związane z realizowaną usługą rozwojową, takie jak: skrypty, pliki dokumentów przygotowanych w różnych formatach.

Warunki uczestnictwa

Na studia przyjmowane są osoby z wyższym wykształceniem.

Zapis w Bazie Usług Rozwojowych (BUR) nie jest równoznaczny z przyjęciem na studia w Uczelni. Warunkiem przyjęcia na studia jest rejestracja w systemie internetowej rekrutacji, złożenie kompletu wymaganych dokumentów oraz dopełnienie wszystkich formalności.

Informacje dodatkowe

Organizator zapewnia rozdzielność walidacji od procesu kształcenia.

Usługi realizowane przez Akademię są zwolnione z VAT na podstawie Art. 43 ust. 1 pkt. 26 ustawy o Vat i §3 ust. 1 pkt 13 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie wykonania niektórych przepisów ustawy o podatku od towarów i usług.

Na terenie Uczelni dostępne są udogodnienia dla osób ze szczególnymi potrzebami, w tym: winda, dostosowane wejście, toaleta, parking z miejscami dla osób z niepełnosprawnościami oraz możliwość skorzystania ze wsparcia Centrum Osób ze Szczególnymi Potrzebami.

Adres

ul. Harcerzy Września 1939 3
40-659 Katowice
woj. śląskie

Budynki A i B - ul. Harcerzy Września 1939, 3, 40-659 Katowice

Budynek C - ul. Kostki Napierskiego 38, 40-664 Katowice

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Bezpłatny niestrzeżony parking, liczba miejsc ograniczona

Kontakt



SVITLANA BLINOVA

E-mail svitlana.blinova@akademiagornoslaska.pl

Telefon (+48) 32 3570 584