



Uniwersytet WSB

Merito we

Wrocławiu

★★★★★ 4,6 / 5

1 031 ocen

## Psychodietetyka pediatryczna- studia podyplomowe

Numer usługi 2026/03/27/7038/3441861

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

📅 Studia podyplomowe

🕒 161 h

📅 18.04.2026 do 21.02.2027

6 900,00 PLN brutto

6 900,00 PLN netto

42,86 PLN brutto/h

42,86 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

### Identyfikatory projektów

Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe, Kierunek - Rozwój, Małopolski  
Pociąg do kariery

### Grupa docelowa usługi

#### To kierunek dla osób, które:

- pracują z dziećmi i młodzieżą w obszarze zdrowia psychicznego i odżywiania,
- chcą rozwijać kompetencje w diagnozowaniu i terapii zaburzeń odżywiania,
- wspierają rodziny w budowaniu zdrowych relacji z jedzeniem i ciałem,
- chcą wykorzystywać narzędzia z psychologii i dietetyki w pracy z pacjentem,
- pragną poszerzyć perspektywę o wiedzę z neurobiologii, osteopatii i epigenetyki i innych zintegrowanych w terapii dziedziny.
- Pamiętaj, że studia podyplomowe możesz zacząć, jeśli masz wykształcenie wyższe (licencjackie, inżynierskie lub magisterskie).

### Minimalna liczba uczestników

1

### Maksymalna liczba uczestników

15

### Data zakończenia rekrutacji

17-04-2026

### Forma prowadzenia usługi

zdalna w czasie rzeczywistym

### Liczba godzin usługi

161

Zakres uprawnień

studia podyplomowe

# Cel

## Cel edukacyjny

Celem studiów podyplomowych „Psychodietetyka pediatryczna” jest przygotowanie specjalistów do pracy z dziećmi z trudnościami żywieniowymi poprzez integrację wiedzy z zakresu dietetyki, psychologii i pediatrii. Program kładzie nacisk na rozwój praktycznych kompetencji diagnostycznych i terapeutycznych oraz skuteczną współpracę z rodziną i zespołem specjalistów.

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

| Efekty uczenia się                                                                                                                                               | Kryteria weryfikacji                                                                                                        | Metoda walidacji |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| Stosuje psychologiczne mechanizmy kształtowania nawyków żywieniowych u dzieci i młodzieży.                                                                       | Wskazuje czynniki psychologiczne wpływające na wybory żywieniowe dzieci.                                                    | Test teoretyczny |
|                                                                                                                                                                  | Omawia wpływ emocji i środowiska rodzinnego na rozwój zaburzeń odżywiania.                                                  | Test teoretyczny |
| Diagnostuje i różnicować przyczyny wybiórczości pokarmowej u dzieci.<br><br>Współpracuje z rodziną dziecka oraz zespołem specjalistów w procesie terapeutycznym. | Dobiera odpowiednie narzędzia diagnostyczne do oceny problemów sensorycznych, neurologopedycznych i gastroenterologicznych. | Test teoretyczny |
|                                                                                                                                                                  | Analizuje przypadki kliniczne i proponuje strategie terapeutyczne w pracy interdyscyplinarnej.                              | Test teoretyczny |
|                                                                                                                                                                  | Prowadzi dialog z opiekunami dziecka w celu wspólnego planowania interwencji.                                               | Test teoretyczny |
|                                                                                                                                                                  | Respektuje granice kompetencji zawodowych i zasady odpowiedzialności w pracy zespołowej.                                    | Test teoretyczny |

# 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

Program studiów podyplomowych na kierunku Psychodietetyka pediatryczna na Uniwersytecie WSB Merito we Wrocławiu.

Potwierdza przygotowanie do pracy z dziećmi z trudnościami żywieniowymi.

## Psychologia i Terapie w Obszarze Psychodietetyki (16 godz.) / 10 godz. praktycznych

- Elementy psychologii rozwoju w psychodietetyce
- Rodzinne i środowiskowe uwarunkowania zachowań żywieniowych i relacji z ciałem
- Psychologiczne aspekty zaburzeń karmienia i odżywiania
- Techniki psychologiczne wykorzystywane w psychodietetyce dzieci i młodzieży
- Formy psychoterapii a zaburzenia odżywiania
- Praktyczne aspekty najczęstszych zaburzeń psychicznych dzieci i młodzieży
- Otyłość w kontekście psychospołecznym

## Psychologia Jedzenia i Techniki Mindfulness Eating (12 godz.) / 6 godz. praktycznych

- Psychologiczne aspekty jedzenia
- Psychologiczne mechanizmy a powstawanie nawyków żywieniowych
- Higiena jedzenia - Jak jedzą współczesne dzieci i młodzież
- Postrzeganie i percepcja w jedzeniu a wybory żywieniowe
- Psychologia reklamy i marketingu w kontekście wyborów żywieniowych
- Mindfulness eating-mechanizmy, strategie, konsekwencje psychologiczne i fizyczne
- Interwencje zdrowotne w oparciu o trening uważności

## Terapia Karmienia (8 godz.) / 4 godz. praktyczne

- Mechanizmy wybiórczego jedzenia
- Diagnoza problemów sensorycznych, neurologopedycznych, gastroenterologicznych oraz ze spektrum zaburzeń odżywiania- różnicowanie
- Narzędzia pracy z wybiórczością żywieniową-techniki wspierające wzrost tolerancji pokarmowej
- Case study angażujące różnych specjalistów, zasady współpracy, granice kompetencji, odpowiedzialność

## Neurobiologia, Epigenetyka i Hormonalne Mechanizmy Żywienia (22 godz.) /16 godz. praktycznych

- Neurobiologiczne mechanizmy odżywiania i związek z zaburzeniami neurologicznymi
- Wpływ diety na rozwój układu nerwowego w kontekście zdrowia psychicznego
- Neuroprzekąźniki, neurogeneza i odżywianie- związek między mikroelementami a funkcjami poznawczymi
- Neurochemiczne zmiany związane z zaburzeniami odżywiania
- Zaawansowana analiza przypadków klinicznych
- Hormonalne, metaboliczne i neurochemiczne mechanizmy wpływające na łaknienie i zaburzenia kontroli głodu i sytości
- Relacja stresu z zaburzeniami hormonalnymi w kontekście nawyków żywieniowych
- Wpływ diety matki na zdrowie biopsychospołeczne i programowanie metaboliczne dziecka
- Epigenetyczne markery zdrowia psychicznego
- Znaczenie epigenetyki w psychodietetyce

- Wpływ leków na regulację apetytu
- Suplementacja w ujęciu neuroprotektoryjnym i epigenetycznym

#### **Fizjoterapia, Osteopatia i Ruch jako Narzędzie Terapeutyczne u Obszarze Psychodietetyki (8 godz.) / 4 godz. praktycznych**

- Znaczenie ruchu w regulacji metabolizmu, zastosowanie i przeciwwskazania do terapii ruchem
- Punkty kryzysowe rozwoju fizycznego w kontekście psychodietetyki
- Aktywność fizyczna a neurogeneza
- Wsparcie zdrowia psychicznego poprzez pracę z ciałem
- Dysfunkcje strukturalne w kontekście odżywiania i trawienia małych dzieci
- Wydolność fizyczna w kontekście niedowagi i otyłości-aspekt praktyczny i postępowanie

#### **Dietetyka Pediatryczna w Ujęciu Praktycznym i Interwencje Żywnościowe w Kontekście Psychodietetyki (12 godz.) / 6 godz. praktyczne**

- Zapotrzebowanie na kluczowe składniki odżywcze, skutki ich niedoborów w kontekście zdrowia psychiczno-fizycznego
- Współczesne trudności w żywieniu na różnych etapach rozwoju dziecka- konsekwencje i interwencje interdyscyplinarne
- Wyzwania rodzica w komponowaniu prawidłowo zbilansowanej diety małego dziecka - pomoc dietetyczna w ujęciu praktycznym
- Dietetyczne narzędzia w diagnozowaniu zaburzeń odżywiania i trudności w karmieniu- rola i kompetencje dietetyka w procesie terapii
- Algorytmy wsparcia żywieniowego dzieci i młodzieży z uwzględnieniem wyzwań cywilizacyjnych, globalizacji i socjoekonomicznych
- Monitorowanie postępów diety i skuteczności interwencji żywieniowej- ocena dostępnych narzędzi

#### **Mikrobiota i jej wpływ na zdrowie biopsychosocjalne (16 godz.) / 10 godz. praktycznych**

- Znaczenie i funkcje mikrobioty jelitowej w kontekście zdrowia biopsychosocjalnego
- Czynniki wpływające na kształtowanie mikrobiomu i okresy jego kształtowania (punkty kryzysowe)
- Teoria programowania metabolicznego
- Mikrobiom jelitowy a masa ciała
- Mikrobiotyczne zdrowie psychiczne czyli oś jelita-mózg
- Bariera jelitowa w pediatrii- ocena, czynniki ryzyka i narzędzia terapeutyczne
- Mikrobiom i czynniki żywieniowe w ASD, ADHD i ADD
- Diagnostyka zaburzeń mikrobiomu w kontekście psychodietetyki
- Probiotykoterapia w psychodietetyce-standardy i algorytmy postępowania
- Alergie i nietolerancje pokarmowe w kontekście psychodietetyki dziecięcej
- Pasożyty u dzieci a zdrowie i rozwój psychofizyczny
- Candida w kontekście zaburzeń odżywiania
- Współczesne wyzwania psychodietetyczne w kontekście mikrobiomu jelit

#### **Wpływ Kultury i Mediów na Nawyki Żywnościowe i Obraz ciała w Kontekście Psychodietetyki (12 godz.) / 6 godz. praktycznych**

- Psychologia obrazu ciała-czynniki kształtujące i etapy krytyczne
- Manipulacja obrazem w kontekście psychodietetyki oraz edukacja medialna jako narzędzie kształtujące krytyczne myślenie
- Social media, kultura i inne czynniki wpływające na nawyki i zachowania żywieniowe dzieci i młodzieży
- Media społecznościowe a zaburzenia odżywiania u dzieci i młodzieży
- Wzorce relacji z ciałem jako element kształtowania samoakceptacji i samooceny u dzieci i młodzieży
- Analiza współczesnych trendów w internecie w kontekście wpływu na zaburzony obraz ciała

#### **Komunikacja i Wsparcie Rodzinne w procesie terapeutycznym (12 godz.) / 6 godz. praktycznych**

- Efektywna komunikacja z rodziną pacjenta- znaczenie i techniki
- Techniki komunikacji z dzieckiem na różnych etapach rozwoju
- Współpraca rodzinna i emocjonalne wsparcie, praktyczne strategie zarządzania konfliktem
- Wsparcia rodzica i dziecka w zmianie nawyków-praktyczne strategie
- Komunikacja w ramach zespołu interdyscyplinarnego- praktyczne problemy w obrębie tematu

#### **Edukacja Żywnościowa, Psychosomatyka i Psychodietetyka (24 godz.) / 16 godz. praktycznych**

- Wprowadzenie do psychodietetyki pediatrycznej
- Prowadzenie psychodietetycznego pacjenta pediatrycznego - aspekt praktyczny pracy w gabinecie
- Zaburzenia odżywiania u dzieci i młodzieży- narzędzia diagnostyki i różnicowanie
- Strategie i interwencje w leczeniu zaburzeń odżywiania u dzieci i młodzieży
- Psychodietetyczne podejście w leczeniu bigoreksji i dysmorfii ciała
- Zaawansowana analiza złożonych przypadków klinicznych
- Edukacja żywieniowa jako narzędzie prewencyjne i lecznicze
- Rozszerzanie diety niemowląt w ujęciu psychodietetyki

- Psychologia zmiany w kontekście wdrażania nowych nawyków
- Relacja psychosomatyki z procesem odżywiania u dzieci i młodzieży

#### Gastroenterologia i Onkologia Dziecięca w Kontekście Psychodietetyki (18 godz.) /10 godz. praktycznych

- Psychika a schorzenia przewodu pokarmowego (choroby zapalne jelit, IBS) -zależności
- Schorzenia wymagające restrykcji w żywieniu i konsekwencje
- Celiakia, alergie-jak pomóc pacjentowi radzić sobie z wykluczeniami w diecie do końca życia
- Niedobory żywieniowe- przyczyna czy konsekwencja
- Przewód pokarmowy a regulacja apetytu
- Interwencje psychodietetyczne po rozpoznaniu choroby nowotworowej u dziecka
- Psychodietetyczne skutki leczenia onkologicznego- strategie pomocy
- Wsparcie psychodietetyczne po zakończeniu leczenia onkologicznego

#### Egzamin (1 godz.)/praktyczna

**Forma zaliczenia:** test jednokrotnego wyboru

Liczba godzin: 161 (minimum 30 punktów ECTS) 95 praktycznych i 66 teoretycznych.

Liczba semestrów: 2

Zajęcia odbywają się w sobotę i w niedzielę, w czasie rzeczywistym (prezentacja, rozmowa na żywo, chat, współdzielenie ekranu) realizowane z wykorzystaniem indywidualnych kont. Godziny zajęć podane w harmonogramie są godzinami zegarowymi, zaś ilość godzin programowych jest podana w godzinach dydaktycznych. Przerwy nie wliczają się w czas usługi.

Zajęcia prowadzone są w formie wykładów, które uzupełniane są ćwiczeniami, warsztatami oraz rozwiązywaniem przykładów praktycznych.

Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych zgodne z przepisami, jakie zostały określone przez Ministerstwo Edukacji i Nauki.

Harmonogram zostanie udostępniony na co najmniej 7 dni przed rozpoczęciem usługi.

Potwierdzenie uczestnictwa w zajęciach poprzez rapaporty logowań. Kody dostępowe/ linki zostaną udostępnione na 2 dni przed rozpoczęciem usługi.

## 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                                       | 6 900,00 PLN |
| Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT |              |

|                                          |              |
|------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto | 6 900,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                | 42,86 PLN    |
| Koszt osobogodziny netto                 | 42,86 PLN    |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 11



1 z 11

### Marcin Uram

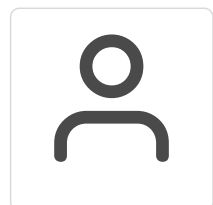
Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego im. Polskich Olimpijczyków we Wrocławiu. Uzyskał tytuł dyplomowanego osteopatę kończąc 5-letni tok studiów klinicznych na Akademii Osteopatii OSTEON. Posiada 10 lat doświadczenia w zawodzie. Właściciel prężnie rozwijającej się od 7 lat kliniki rehabilitacji i osteopatii URAMclinic w Jeleniej Górze, gdzie od lat zajmuje się usprawnianiem dzieci oraz propagowaniem zdrowego stylu życia. Buduje interdyscyplinarny zespół specjalistów, który kompleksowo poprawia komfort życia pacjenta. Osteopatię pediatryczną stosuje w problemach logopedycznych, wadach postawy oraz zaburzeniach gastroenterologicznych od pierwszego dnia życia.



2 z 11

### dr Patrycja Szachta

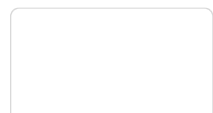
Stopień doktora nauk biologicznych uzyskała w trakcie studiów doktoranckich w Klinice Gastroenterologii Dziecięcej i Chorób Metabolicznych Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu. Autorka licznych publikacji medycznych w czasopismach polskich i zagranicznych oraz rozdziałów w monografiach naukowych. Dyrektor ds. naukowych w Centrum Medycznym Vitaimmun. Posiada wieloletnie praktyczne i teoretyczne doświadczenie z zakresu utajonych nadwrażliwości pokarmowych oraz zaburzeń mikroflory jelitowej.



3 z 11

### Ewa Tylec

Pedagog, dietetyk i psychodietetyk, założyciel i kierownik merytoryczny kierunku. Swoje wykształcenie zdobyła na Uniwersytecie im. Jana Długosza w Częstochowie oraz na Uniwersytecie SWPS w Katowicach i Krakowie. Obecnie podnosi swoje kwalifikacje w obszarze psychosomatyki i somatopsychologii na Uniwersytecie SWPS. Założycielka Prywatnego Centrum Zdrowia Psychofizycznego HolistiWell, gdzie udziela konsultacji w zakresie psychodietetyki, dietetyki i psychosomatyki. Dodatkowo pracuje jako dydaktyk współpracując z WSB Merito we Wrocławiu. Od 8 lat pomaga pacjentom w powrocie do zdrowia w kontekście biopsychospołecznym. Specjalizuje się w pracy z dziećmi i młodzieżą w obszarze zaburzeń odżywiania, neofobii żywieniowej oraz trudności żywieniowych w neuroatypowości. Dodatkowo uwielbia pracę z młodzieżą w obszarze samoakceptacji i pracy z emocjami, z kobietami w obszarze psychologii zmiany. Od niedawna prowadzi działalność szkoleniową kosmologów w zakresie wpływu żywienia i emocji na stan skóry. Jej misją jest edukacja i bycie partnerem zmiany jej podopiecznych.



4 z 11

### Dorota Szymańska





Jestem dietetykiem klinicznym i terapeutą karmienia, specjalizuję się w dietetyce pediatrycznej, żywieniu kobiet w ciąży i karmiących piersią. Ukończyłam dietetykę kliniczną w Śląskiej Wyższej Szkole Medycznej, inżynierię żywności na ATH w Bielsku-Białej oraz studia podyplomowe z żywienia człowieka na Uniwersytecie Rolniczym w Krakowie. Współtworzyłam standardy diagnozy i leczenia ARFID, prowadzę zajęcia na Śląskiej Wyższej Szkole Medycznej i studiach podyplomowych. Wspieram rodziców i dzieci w pokonywaniu trudności z jedzeniem, a także układam diety dla dzieci z chorobami dietozależnymi. Prowadzę szkolenia dla specjalistów oraz edukuję dzieci i młodzież o zdrowym żywieniu.



5 z 11

### Marta Baj-Lieder

Logopeda wczesnej interwencji, pedagog, terapeuta Integracji Sensorycznej, terapeuta miofunkcjonalny, metody Gopex, metody ETTHNO w podejściu Esther de Ru. Międzynarodowy Instruktor Metody Butejki. Terapeuta karmienia, terapeuta podejścia SOS Approach to Feeding. Specjalizuje się w terapii szeroko pojętych zaburzeń karmienia w nurcie responsywnym, jak również terapii ARFID. Wykładowca akademicki. Autorka i współautorka wielu artykułów dla specjalistów i rodziców, autorka i współautorka książek dla specjalistów, rodziców i dzieci, w tym między innymi „Czy to już ARFID...? Praktyczny przewodnik dla rodziców i specjalistów”, „Boję się owoców”, „Zestaw kwestionariuszy do oceny trudności w karmieniu i jedzeniu”, „Neofobia pokarmowa- jak ją rozgryźć”, „Natka Pietruszka”. Współzałożyciel Szkoły Terapii Karmienia – Od Pestki Do Ogryzka, współwłaściciel Wydawnictwa Pestka i Ogryzek.



6 z 11

### Ewelina Cichocka-Mroczek

Dietetyk kliniczny, pracownik Katedry Pediatrii, Gastroenterologii i Żywienia Collegium Medicum UJ, doktorantka Szkoły Doktorskiej Nauk Medycznych i Nauk o Zdrowiu, prowadzący zajęcia z przedmiotów „Leczenie żywieniowe w pediatrii” dla studentów V roku CM UJ na kierunku Dietetyka, „Dietetyka Kliniczna w pediatrii” dla studentów III roku CM UJ na kierunku Dietetyka, „Żywienie dziecka zdrowego” dla studentów II roku CM UJ na kierunku Dietetyka, ekspert ds.CDED (Crohn's Disease Exclusion Diet), certyfikowana uczestniczka kursu - „Żywienie pozajelitowe i dojelitowe w warunkach szpitalnych i domowych”.



7 z 11

### dr Ewelina Kamińska

Absolwentka University of Nottingham (Human Genetics BSc. Hons), Univeristy of South Wales (Endocrinology MSc.). Zdobyła tytuł doktora chemii na Ludwig-Maximilians-Universität München, gdzie prowadziła badania w dziedzinie epigenetyki, odkrywając alternatywne ścieżki w mechanizmie aktywnej demetylacji DNA. Od 8 lat związana z branżą farmaceutyczną i badaniami przedklinicznymi w onkologii. Wyniki swoich badań prezentowała między innymi na konferencjach organizowanych przez European Association of Hospital Pharmacists w Cannes i American Society of Health-System Pharmacists w Las Vegas. Uczestniczyła w projektowaniu innowacyjnych leków celujących w mechanizmy epigenetyczne komórek nowotworowych. Aktualnie pełni rolę project managera drug discovery w jednej z wiodących firm biofarmaceutycznych w Polsce, specjalizujących się w opracowywaniu pierwszych w swojej klasie leków małocząsteczkowych. Z zamiłowania popularyzatorka nauki.



8 z 11

### Magdalena Schab

Jestem dietetykiem i na co dzień pracuję w Klinice Onkologii i Hematologii Dziecięcej w Uniwersyteckim Szpitalu Dziecięcym w Krakowie. Jestem również doktorantką w Szkole Doktorskiej Nauk Medycznych i Nauk o Zdrowiu UJCM. Studia licencjackie na kierunku dietetyka ukończyłam na

Wydziale Lekarskim Uniwersytetu Jagiellońskiego, natomiast studia magisterskie na Wydziale Nauk o Zdrowiu Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego. W swojej codziennej pracy, prowadzę konsultacje dietetyczne pediatricznych Pacjentów z chorobą nowotworową, a także uczestniczę w prowadzeniu leczenia żywieniowego. Ważny jest dla mnie zarówno dobrostan fizyczny jak i psychiczny Pacjentów oraz Opiekunów. Zawsze staram się wsluchać w ich potrzeby oraz znaleźć wspólne rozwiązanie problemów żywieniowych, które napotykają w trudnym procesie leczenia oraz rekonwalescencji. Codzienna praktyka uświadamia mi, jak ważne jest podejście psychodietetyczne – pomaga ono w budowaniu zdrowych nawyków żywieniowych, akceptacji zachodzących zmian, kształtowaniu pozytywnego obrazu ciała i motywuje do działania, gdy jest to możliwe.



9 z 11

### Marcelina Zimoch

Absolwentka Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu.

Autorka publikacji naukowej: „Częstotliwość spożycia żywności typu fast food przez młodzież gimnazjalną” w czasopiśmie Pielęgniarstwo i Zdrowie Publiczne (2015). Specjalizuje się w leczeniu żywieniowym osób z nadwagą, otyłością oraz w dietoterapii chorób dietozależnych, endokrynologicznych i przewodu pokarmowego.

Prowadzi indywidualne konsultacje dietetyczne, skupiając się na edukacji pacjentów i trwałej zmianie nawyków żywieniowych.

Uczestniczka licznych kursów i szkoleń, m.in.:

Dietoterapia cukrzycy typu I i II

Gastroenterologia dziecięca

Mikrobiota jelitowa i dysbioza

Dietetyka sportowa i suplementacja

Trening inteligencji emocjonalnej i radzenie sobie ze stresem



10 z 11

### Filip Turowski

Psycholog (Uniwersytet SWPS – 5-letnie studia magisterskie), trener psychologii pozytywnej (The CMA) oraz nauczyciel MBSR w trakcie szkolenia (The Institute for Mindfulness Based Approaches – IMA, Polski Instytut Mindfulness), praktyk uważności (mindfulness), absolwent rocznego Programu Praktyki Formalnej Mindfulness organizowanego przez Polski Instytut Mindfulness, a także nauczyciel Yoga Synergy – nowoczesnego podejścia do jogi, które na pierwszym miejscu stawia uważny oraz bezpieczny dla stawów i kręgosłupa ruch. Przez 3 lata prowadził autorskie warsztaty gotowania w studiach kulinarnych w różnych miastach Polski, a od ponad 7 lat tworzy w Internecie treści kulinarno-podróżnicze – gotował z szefami kuchni w najróżniejszych zakątkach świata. Łączy mindfulness z zamiłowaniem do dobrego i odżywczego jedzenia, promując uważne podejście do gotowania i jedzenia (mindful eating).



11 z 11

### dr n. med. i o zdr. Agata Dutkiewicz

Dietetyk kliniczny, psychodietetyk, psycholog, psychoterapeuta, wykładowca akademicki.

Absolwentka dietetyki na Uniwersytecie Medycznym w Poznaniu, psychologii na Uniwersytecie Adama Mickiewicza w Poznaniu, studiów doktoranckich w Katedrze Psychiatrii Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu oraz szkoleń psychoterapeutycznych w nurcie systemowym i integracyjnym. Jej główne zainteresowania naukowowo-badawcze to problematyka zaburzeń odżywiania, nutropsychiatrii, wspomagania żywieniowego leczenia zaburzeń psychicznych, rodzinnych uwarunkowań postaw żywieniowych i postaw wobec ciała. Autorka licznych artykułów publikowanych w czasopismach naukowych oraz publikacji popularnonaukowych scalających wiedzę z psychologii i dietetyki. Jest założycielką Centrum Psychodietetyki, w którym udziela konsultacji dietetycznych, psychodietetycznych, prowadzi pomoc psychologiczną dla dzieci, młodzieży, rodzin i osób dorosłych.



# Informacje dodatkowe

## Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Opracowania autorskie, akty prawne, konspekty, prezentacje, zadania. Przygotowywane do każdego modułu przez prowadzących, zamieszczane w formie elektronicznej na portalu UWSB Merito.

## Warunki uczestnictwa

Aby zostać uczestnikiem studiów podyplomowych na Uniwersytecie WSB Merito, należy:

- mieć ukończone studia licencjackie, inżynierskie lub magisterskie,
- złożyć komplet dokumentów i spełnić wymogi rekrutacyjne

UWAGA: W przypadku, gdy nie zbierze się odpowiednia ilość osób. Wykonawca zastrzega sobie prawo do odwołania studiów.

## Informacje dodatkowe

Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach projektu "Kierunek – Rozwój".

Zawarto umowę z WUP Kraków w ramach projektu "Małopolski pociąg do kariery - sezon 1" oraz "Nowy start w Małopolsce z EURESem".

Zawarto umowę z Wojewódzkim Urzędem Pracy w Szczecinie na świadczenie usług rozwojowych z wykorzystaniem elektronicznych bonów szkoleniowych w ramach projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe.

Z usługi mogą również korzystać uczestnicy innych projektów.

Osoby prowadzące usługę rozwojową posiadają doświadczenie zawodowe lub kwalifikacje (w tym również wykształcenie) odpowiednie do rodzaju i zakresu świadczonych usług, zdobytych lub nabytych nie wcześniej niż 5 lat przed datą opublikowania usługi rozwojowej.

Cena brutto = netto, studia podyplomowe zwolnienia od podatku od towarów i usług mocą art. 43 ust. 1 pkt 26 lit. b ustawy o VAT - usługi kształcenia realizowane przez uczelnię.

## Warunki techniczne

Zajęcia zdalne prowadzone są za pośrednictwem aplikacji Microsoft Teams w formie pracy zespołowej wykorzystując czaty, spotkania i rozmowy w wielu oknach, przypięte kanały oraz integrację zadań z aplikacjami. Uczestnicy korzystają z aplikacji Teams w ramach Microsoft Office 365 bezpłatnie.

W celu prawidłowego i pełnego korzystania ze szkolenia należy posiadać urządzenie (komputer, laptop lub smartfon) z dostępem do Internetu, wbudowaną kamerą (opcjonalnie) i mikrofonem, głośnikami (wejście słuchawkowe/ słuchawki)

komputer z aktualnym systemem operacyjnym Microsoft Windows lub macOS

aktualna wersja przeglądarki internetowej

stałe łącze internetowe

## Kontakt

**Magdalena Krzywińska**

**E-mail** magdalena.krzywinska@wroclaw.merito.pl



**Telefon** (+48) 713 561 649