



Kurspaket inom kommunal vuxenutbildning på gymnasial nivå:

Diplomerad Friskvårds- och kostkonsult med kognitiv inriktning

En utbildning för hjärta och hjärna. Vi arbetar med det friska och hälsosamma, med kropp och själ. Utbildningen riktar sig till dig som vill arbeta yrkesmässigt med att stärka och utveckla hälsa. Som friskvårds- och kostkonsult arbetar du förebyggande med aktiva hälsofrämjande insatser. Vi ger dig en uppsättning effektiva verktyg för praktiskt friskvårdsarbete på individ- och gruppnivå. Vi tror på styrkan i att förändra genom personlig insikt och erfarenhet. Därför utgår vi från dig och din personliga utveckling mot ett liv i hälsa och välmående.

Kurslängd	Två terminer
Kurstid	VT 2019 – HT 2019
Pris per deltagare	48 100 kronor. Kurslitteratur bekostas av deltagaren.
Pris per poäng	48,10 kronor
Upplägg	<p>Utbildningen sker delvis på distans och kombinerar självstudier med utbildningstillfällen på plats hos oss samt arbete i studiegrupper och arbetsplatsförlagd praktik.</p> <p>Den salsbundna delen av utbildningen omfattar 11 utbildningsblock à 3 dagar. Mellan utbildningsblocken arbetar eleverna med självstudier under ledning av pedagogerna.</p>
Mål	<p>Deltagaren skall efter genomförd utbildning:</p> <ul style="list-style-type: none">- kunna omsätta hälso- och friskvårdsbegreppen i praktiska instanser i arbetslivet.- kunna rekommendera alternativa lösningar till problem som ligger inom området hälso- och friskvård.- kunna planera och leda olika friskvårdsprojekt.- kunna planera, introducera, genomföra och utvärdera friskvårdsinsatser på individ-, grupp- och organisationsnivå.



Kursinnehåll – Diplomerad Friskvårds- och kostkonsult med kognitiv inriktning

Kursstart våren 2019

Ingående kurser och kurskoder	Antal poäng		
	Period 1	Period 2	Totalt
Träningslära 1 TRNTRN01	100	0	100
Träningslära 2 TRNTRN02	0	100	100
Kost och hälsa HALKOC0	100	0	100
Friskvård och hälsa HAAFRI0	0	100	100
Hälsopedagogik HALHAL0	0	100	100
Pedagogiskt ledarskap PEDPEGO	100	0	100
Kommunikation PEDKOU0	100	0	100
Massage 1 MAAMAA01	0	100	100
Mental träning HALMEN0	100	0	100
Entreprenörskap ENTENR0	0	100	100
Summa	500	500	1000