

Rekvalifikační kurz – Poradce pro výživu

Náplň a rozsah kurzu:

Učební osnovy: Název předmětu	Počet hodin teoretické výuky (vyučovací hodina = 45 minut)		Počet hodin praxe/ praktické výuky (vyučovací hodina = 60 minut)
	Prezenční	Distanční	
Poučení o bezpečnosti a ochraně zdraví při práci	1		
Strava			
- Základní nutrienty výživy	3	10	
- Potraviny (výživové hodnoty, zpracování potravin, aditiva)	4	17	
Hygiena výživy		3	
Doplňky stravy		2	
Anatomie a fyziologie	4	10	
Zdravý životní styl		2	
Výživa člověka			
- Základy výživy člověka	3	6	
- Redukční výživa	2	2	
- Sportovní výživa	3	6	
- Detoxikace	3	6	
- Nutriční prevence	3	8	
- Alternativní směry ve výživě	3	6	
Psychologie výživy		2	
Antropometrie	1	2	2
Právní a ekonomické minimum výživového poradce	1	2	
Poradenství		1	
Práce s klientem	3	2	
Celkem	34	87	2