

Sektionen för Hälsa och Samhälle

Inbjudan till utbildning

## Grundkurs om kost och näringsfysiologi för hälsorådgivare 7,5 hp

Kursen vänder sig till dig som arbetar i hälsobranchen. Kursens syfte är att du ska inhämta grundläggande kunskaper om cellsystemets och mag-tarmsystemets fysiologi, för att förstå kroppens hantering av energi och näringsämnen. Protein, fett, fettkvalitet, kolesterol, kolhydrater, kostfibrer, vitaminer, antioxidanter, mineralämnen m.fl. ämnens betydelse för hälsan kommer att tas upp i kursen. Även träning i att bedöma måltiders näringsinnehåll och att kunna föreslå förändringar för enskilda individers kosthållning ingår.

### Studieform

Kursen planeras starta i vecka 34, 2010 och avslutas i vecka 6, 2011. Studietakten är kvartsfart, vilket innebär att du läser 7,5 högskolepoäng över två terminer med ett uppehåll över jul och nyår. Med denna studietakt har du möjlighet att förvärvsarbeta parallellt med studierna.

Kursen är en Internetbaserad distanskurs och bedrivs genom en utbildningsplattform. Några fysiska träffar kommer inte att arrangeras. Föreläsningar och studiematerial kommer att tillhandahållas genom utbildningsplattformen. Läroböcker köper du själv. Kursen är indelad i moduler som skall hjälpa dig och göra det lättare för dig att inhämta kunskaper inom området.

### Utrustning

För att kunna genomföra kursen krävs tillgång till dator med god teknisk utrustning och tillgång till Internet. Om du saknar tillgång till dator, kan du vända dig till din kommun för att få veta om det finns ett lärcentrum [www.larcentra.se](http://www.larcentra.se). Ett lärcentrum kan erbjuda vägledning, dator med Internet-uppkoppling, kopiator, fax, grupparbetsplatser, tillgång till bibliotek, samt möjligheter att göra prov.

### Anmälan och kostnad

Kostnad: 6 700 kronor per deltagare, moms tillkommer. Fakturering sker i december 2010. Anmälningssblankett finner du på vår hemsida [www.hkr-uppdrag.se/vard](http://www.hkr-uppdrag.se/vard). Anmälan skickas till: *Margareta Rasmusson, Högskolan Kristianstad, 291 88 Kristianstad.*

**Sista anmälningdag är den 21/6 2010.** För att genomföra kursen krävs minst 20 deltagare.

Om antalet anmälningar blir fler än platserna (max 45 studenter) prioriteras dessa efter ansökans ankomstdatum.

För information om kursens upplägg och innehåll, eller behörighet för högskolestudier, kontakta Margareta Rasmusson tfn: 044-20 40 37 eller e-post: [margareta.rasmusson@hkr.se](mailto:margareta.rasmusson@hkr.se)

Välkommen med din ansökan!

Margareta Rasmusson  
Ansvarig för uppdragsutbildning