

EDU-CUKRZYCA

Oferta szkoleń indywidualnych

Szanowni Państwo,

po ponad 2-letniej pracy szkoleniowej, Edu-Cukrzyca postanowiła otworzyć się na indywidualne potrzeby osób z cukrzycą. Stąd w 2012 roku ruszamy z ofertą porad indywidualnych: edukacyjnych, motywacyjnych, a przede wszystkim – dietetycznych. Spotkania prowadzić będą wykwalifikowani edukatorzy i dietetycy – specjaliści z Poradni Diabetologicznej, Kliniki Pediatrii i Poradni Chorób Metabolicznych Instytutu Matki i Dziecka, członkowie zespołu diabetologicznego kierowanego przez prof. Ewę Pańkowską.

Zapraszamy do zapoznania się z niniejszą ofertą.

PORADY DIETETYCZNE DLA OSÓB Z CUKRZYCĄ TYPU 1

Zapraszamy do współpracy z mgr Mileną Gąbką – dietetykiem z Poradni Diabetologicznej i Kliniki Pediatrii Instytutu Matki i Dziecka specjalizującym się w opiece nad osobami z cukrzycą typu 1, typu 2 i kobietami z cukrzycą ciążową. Dietetyk nauczy Cię prawidłowych zasad żywienia, pomoże Ci w osiągnięciu Twojego celu, nauczy Cię systemu wymiennikowego wyliczania wymienników węglowodanowych i białkowo-tłuszczowych, a przede wszystkim – biorąc pod uwagę Twoje cele, możliwości i styl życia – ułoży dietę tylko dla Ciebie.

WIZYTY:

→ I wizyta.

Początek żywieniowej przygody - wywiad dietetyczny, ustalenie celów i możliwości 100 zł

→ Ułożenie specjalnego, pełnego jadłospisu na 10 dni 160 zł

→ Wizyta kontrolna 40 zł

Proponujemy również:

→ szkolenie z wyliczania wymienników węglowodanowych i białkowo-tłuszczowych 60 zł

→ obliczanie WW z WBT z jadłospisu klienta 40 zł

→ stworzenie pełnego jadłospisu z wyliczeniem WW i WBT 190 zł

UWAGA! Oferta „JEDZ Z CUKRZYCĄ”:

I wizyta, ułożenie jadłospisu, nauka obliczania WW i WBT,
obliczanie WW i WBT z jadłospisu i 2 wizyty kontrolne:

300 zł

ZAPISY I DODATKOWE INFORMACJE: info@edu-cukrzyca.pl

PORADY DIETETYCZNE DLA KOBIEC Z CUKRZYCĄ CIĄŻOWĄ

- I wizyta. Początek żywieniowej przygody - wywiad dietetyczny, ustalenie celów i możliwości 100 zł
- wizyta szkoleniowa: zdrowe odżywianie w ciąży 50 zł
- wizyta szkoleniowa: dieta o niskim i średnim indeksie glikemicznym 50 zł
- Ułożenie specjalnego, pełnego jadłospisu na 10 dni 160 zł
- Wizyta kontrolna 40 zł

Proponujemy również:

- szkolenie z wyliczania wymienników węglowodanowych i białkowo-tłuszczowych 60 zł
- obliczanie WW z WBT z jadłospisu klienta 40 zł
- stworzenie pełnego jadłospisu z wyliczeniem WW i WBT 190 zł

UWAGA! Oferta ZDROWA DIETA - ZDROWE DZIECKO:

I wizyta, pełne szkolenie ze zdrowego odżywiania w ciąży, ułożenie indywidualnego jadłospisu i wizyta kontrolna

350 zł

ZAPISY I DODATKOWE INFORMACJE: info@edu-cukrzyca.pl

Porady dietetyczne polecamy także osobom:

- wszystkim zainteresowanym szkoleniem z zakresu zdrowego żywienia i komponowania dobrze zbilansowanych jadłospisów
- osobom, których stan wymaga określonej diety: osobom z otyłością, hipercholesterolemia, nadciśnieniem tętniczym, celiakią, czy cukrzycą typu 2.

EDUKACJA DIABETOLOGICZNA I TRENINGI EDUKACYJNE:

Zapraszamy do współpracy z mgr Katarzyną Gajewską – psychologiem, psychoedukatorem z Poradni Diabetologicznej Instytutu Matki i Dziecka, a także osobą, która już od 25 lat ma cukrzycę typu 1 – na dostosowane do indywidualnych potrzeb szkolenia dla osób z cukrzycą typu 1. Psychoedukator, biorąc pod uwagę potrzeby, cele, styl życia i przyzwyczajenia, pomoże Ci w poprawieniu swojej współpracy z cukrzycą w każdym z możliwych aspektów. Po prostu zamień teorię w praktykę! Poniżej prezentujemy podstawowe tematy, których dogłębne zrozumienie i praktyczne zastosowanie pomoże w coraz lepszym radzeniu sobie z cukrzycą.

- System wymienników węglowodanowych i białkowo-tłuszczowych
- Kompleksowe szkolenie z zakresu obsługi pompy insulinowej
- Ćwiczeń z cukrzycą - trening edukacyjno-motywacyjny do aktywności w cukrzycy
- Podstawy cukrzycy: hormon życia - insulina
- Cukrzyca w praktyce: radzenie sobie z wysiłkiem fizycznym, chorobą, stresem i unikaniem kwasicy ketonowej

Jedno spotkanie, jeden temat (czas trwania ok. 1h)	100 zł
Dwa spotkania (czas trwania ok. 2 h)	180 zł
Trzy spotkania (czas trwania ok. 3 h)	240 zł
Cztery spotkania (czas trwania ok. 4 h)	300 zł

Zapraszamy!

Szczególnie młodych dorosłych, którzy pragną zmienić insulinoterapię z penów na pompę insulinową.

ZAPISY I DODATKOWE INFORMACJE: info@edu-cukrzyca.pl

SKOLENIA DLA SZKÓŁ I PRZEDSZKOLI

Jeśli dziecko z cukrzycą stoi przed wyzwaniem związanym z pójściem do szkoły lub przedszkola, możemy zamiast jego rodziców przeszkolić nauczycieli i wychowawców z podstawowych wymogów opieki nad osobą z cukrzycą.

Cena 1 godziny szkolenia	100 zł netto
Proponowany, uniwersalny czas trwania szkolenia: 3 godziny	300 zł netto
Certyfikaty dla personelu szkoły / przedszkola biorących udział w szkoleniu:	+ 40 zł brutto

Więcej informacji: info@edu-cukrzyca.pl

www.edu-cukrzyca.pl

SERDECZNIE ZAPRASZAMY!

Edu-Cukrzyca