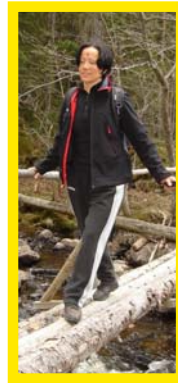


Studera till ...

Hälsovägledare

- ett yrke med fokus på god hälsa

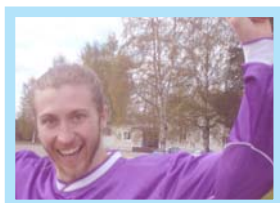


Hälsovägledarens kunskaper

Studierna ger dig kunskaper och färdigheter inom bland annat:

- näringslära, kostrådgivning, kostregistrering
- viktreducering och tobaksavvänjning
- klassisk massage med möjlighet till diplomering
- anatomi och fysiologi
- fysisk träning (styrka, kondition, stretching, pausgympa med mera)
- stress och stresshantering
- mental träning
- sjukdomslära med FaR och FYSS
- hälsopedagogik
- personliga hälsoplaner
- praktiskt ledarskap
- olika former av hälsotestning, t ex hälsoprofilbedömning
- entreprenörskap och hälsoekonomi
- hälsoprojekt
- beteendevetenskap, exempelvis The Human Elements

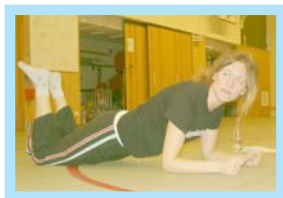
Studierna berättigar till studiemedel från CSN.



Kurser och huvudmoment

Häsovägledning	3 p
Projektmetodik	5 p
Anatomi och fysiologi	8 p
Hälsa innehåller bl. a	8 p
• massage	
• styrketräning	
• konditionsträning	
• mental träning	
• näringslära	
• hälsotester	
• hälsoplaner	
• LIA* - hälsa	7 p
Beteendevetenskap	5 p
Hälsoprojekt/entreprenörskap	8 p
• LIA* d:o	8 p
Hälsopedagogik	4 p
Från sjukvård till friskvård	3 p
Hälsa fördjupning innehåller	9 p
• massage	
• fysisk träning	
• mental träning	
• näringslära	
• LIA* - hälsa fördjupning	10 p
Hälsa i helhetsperspektiv	2 p
Summa	80 p

* LIA = Lärande i arbete (totalt 25 v)



KY - Kvalificerad Yrkesutbildning

KY är en eftergymnasial utbildning som bygger på ett nära samarbete mellan arbetsliv och utbildning. KY Hälsovägledning 80 p riktar sig till såväl de som kommer direkt från gymnasiet som de som har längre yrkeserfarenhet.

Ett genomgående tema i studierna är hälsofrämjande processer och friskhetsfaktorer. Det unika med utbildningen är 25 veckor LIA (lärande i arbete).

Med LIA skapas goda kontakter med arbetslivet och studenten ges möjlighet att utöva sina kunskaper och praktiskt arbeta som

hälsovägledare.

I utbildningen medverkar, förutom lärare och handledare, även företag inom hälso- och friskvårdsbranschen.

Utbildningsanordnare är Norrlidens Kunskapscentrum AB, i Sundsvall. En ledningsgrupp med företrädare för branschens yrkesliv är med och utvecklar innehåll och kvalitet.

Var kan hälsovägledaren ha arbete och uppdrag?

En hälsovägledare kan arbeta i många skiftande verksamheter. Det är bara fantasin som sätter gränserna.

Det kan vara på arbetsplatser där man bestämt sig för att bli friskare, eller med enskilda och grupper som vill förbättra hälsovanor och livsstil vid sidan av sitt yrkesarbete.

Vi kan vara anställda eller egna företagare (eller både och) till exempel inom:

- Större företag/organisationer
- Kommuner, stat, myndigheter
- Friskvårdsföretag
- Företagshälsovård
- Vårdcentraler
- Större hälsoprojekt
- Skolan
- Studieförbund
- Träningsanläggningar
- Hälsohem
- SPA-anläggningar
- Arbetsmarknadsprojekt
- Integrationsverksamhet.

*KY Hälsovägledning
Norrlidens Kunskapscentrum AB
Kungsvägen 17, 856 40 Sundsvall
Tfn: 060-64 49 24
E-post: info@kyhalsovagledning.nu
Hemsida: www.skvadern.nu/ky*