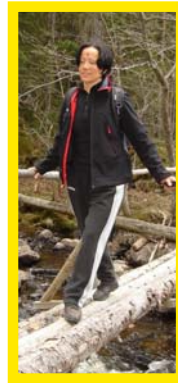


En resurs värd att prova ...

Hälsovägledare

- ett yrke med fokus på god hälsa



Prova en hälsovägledarstudent!

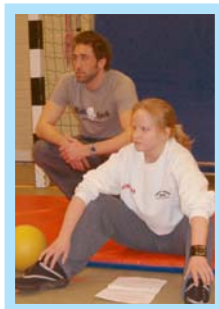
Behöver ditt företag (avdelning, skola, organisation etc) förebyggande hälsoinsatser? Då ska ni passa på att, helt kostnadsfritt, ta emot en hälsovägledarstudent som under sina praktikperioder jobbar med förebyggande hälsoarbete.

Hälsovägledareutbildningen pågår i två år och under den tiden genomför studenterna LIA (lärande i arbete) i totalt 25 veckor. Det innebär att utbildningen förläggs till en arbetsplats där studenterna praktiskt får träna på de hälsoverktyg de lärt sig under utbildningstiden. De förebyggande hälsoinsatserna anpassas efter arbetsplatsens önskemål och studenten är i stort sett självgående.

Följande kan studenten genomföra vid er arbetsplats:

- hälsotestning med bl a hälsoprofilbedömning (HPB) och steptest
- fysprogram för t ex styrka, kondition, stretching och pausgympa
- näringslära, kostrådgivning, kostregistrering
- viktreducering och tobaksavvänjning
- klassiska massagebehandlingar
- stresshantering
- mental träning
- personliga hälsoplaner
- medverka i utbildning av hälsoinspiratörer vid företaget.

Kontakta utbildningen så snart som möjligt om du är intresserad av att ta emot en hälsovägledarstudent. Ring 060-64 49 24 eller maila: info@kyhalsovagledning.nu



Kurser och huvudmoment i utbildningen

Hälsovägledning	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*