



Cursus Voedingsleer


Kraaybeekerhof



BEELD: ISTOCK

Woordjes leren

Om in een taal te kunnen spreken, te zingen of te dichten is het noodzakelijk om de woordjes van die taal te kennen, evenals de zinsopbouw. Natuurvoeding is gezonde, volwaardige en vitale voeding. Om dit te begrijpen en uit te kunnen leggen is het noodzakelijk om de basis voedingsleer onder de knie te krijgen.

Wil jij ook dit ABC leren? Doe de cursus Voedingsleer!





Cursus Voedingsleer en natuervoeding

Deze cursus bestaat uit lessen van het eerste opleidingsjaar Natuurvoedingskundige. Daarom wordt in de lessen ook telkens de brug geslagen tussen de voedingsleer en natuervoeding. Daarbij worden deelnemers gestimuleerd een kritische houding te ontwikkelen naar alles wat er over voeding wordt gepubliceerd. In de lessen wordt gewerkt vanuit de actualiteit. Docent is Henny de Lint

■ Na het volgen van de cursus ken of kun je:

- Richtlijnen goede voeding van de Gezondheidsraad
- Verschillende voorlichtingsmodellen die in Nederland gebruikt worden
- Voedingspatronen binnen Nederland waaronder vegetarisch, veganistisch en antroposofisch
- Etiketten lezen en weet je wat E- nummers zijn
- De eiwitrijke voedingsmiddelen en de relatie tot duurzaamheid/ milieu
- De verschillende (bronnen van) koolhydraten waaronder suikers en voedingsvezels
- De verschillende (bronnen van) vetten en vetzuren waaronder omega-3, -6 en -9
- De vitamines, mineralen en bio-actieve stoffen. En ook de belangrijkste natuurlijke bronnen.

■ Doelgroep

- Deze cursus is voor iedereen die zich de voedingstaal eigen wil maken en tegelijkertijd uitgedaagd wil worden zelf een mening te vormen over voeding
- Winkelmedewerkers en -eigenaren die advies aan hun klanten willen geven ondanks of dankzij de hypes
- Medewerkers, zoals verkopers en brandmanagers, van merkleveranciers of importeurs die trends willen vertalen naar voorlichting over hun producten



PLAATS: Landgoed Kraaybeekhof te Driebergen
DATA: zie www.kraaybeekhof.nl
KOSTEN: €495 (bij betaling in 1x en met iDeal), exclusief verplichte boeken
INSCHRIJVEN: www.kraaybeekhof.nl