

KÉPZÉSI PROGRAM

HOZZÁTÁPLÁLÁSI KONZULENS

KÉPZÉSI PROGRAM

1. A képzési program alapadatai

1.1.	Képzés megnevezése:	Hozzáértáplálási konzulens
1.2.	A képzés célja:	A képzés célja, hogy a résztvevők kompetensek legyenek a nemzetközi és hazai ajánlások, tudományos közlemények nyomomonkövetésére, ezen ismeretek átadására. A jövőbeli hozzáértáplálási konzulensek kommunikációjukkal és jelenlétükkel támogatják a szülőköt a hiteles, gyakorlati információk átadásával. A képzés erőssége, hogy a végzettség megszerzését követően a szülők edukációjának területén jelentős változás érhető majd el.
1.3.	A képzés célcsoportja:	A képzés célcsoportját jelenti minden olyan személy, aki a belépési feltételeknek megfelel és a képzési programmal elérhető ismeretek, készségek és kompetenciák megszerzését tűzte ki célként maga elé. A hozzáértáplálási konzulensek a szülők edukációjára helyezik a hangsúlyt a hozzáértáplálás területén.
1.4.	A képzés során megszerezhető kompetenciák:	<ul style="list-style-type: none"> • A résztvevő képessé válik a szülők számára edukatív workshopok, klubok, előadások, konzultációk tartására • Személyes kompetenciák: magabiztos fellépés, érvelés, önismeret, tudományos megközelítés • Társas kompetenciák: mások megértése, kapcsolatteremtő és kapcsolatfenntartó készség, együttműködési készség, kezdeményező-készség, csoportmunka, reziliencia • Módszerkompetenciák: rendszerező képesség, problémamegoldás, helyzetfelismerés.

2. A képzésbe való bekapcsolódás és részvétel feltételei

2.1.	Iskolai végzettség:	Legalább középfokú végzettség
2.2.	Szakmai végzettség:	Nem szükséges.
2.3.	Szakmai gyakorlat:	Nem szükséges.
2.4.	Egészségügyi alkalmasság:	Nem szükséges.
2.5.	Előzetesen elvárt ismeretek:	Táplálkozástudományi és/vagy neveléstudományi és/vagy pszichológiai ismeretek ismeretek
2.6.	Egyéb feltételek:	A részvétel felvételi vizsgához kötött.

3. Tervezett képzési idő

3.1.	A képzés óraszámja:	120
3.2.	Megengedett hiányzás mértéke:	20%

4. A képzés tananyagegységei

	A képzés tananyagegységeinek megnevezése: ¹	Óraszám:
4.1.	Csecsemők és kisgyermek megfelelő táplálkozásának ismerete	25
4.2.	Felnőttek táplálkozása	25
4.3.	Konzultáció, workshop, klub szervezése és értékesítése	15
4.4.	Önismeret, stresszkezelés	10
4.5.	Tudományos közlemények keresése és értelmezése	5
4.6.	Élelmiszerbiztonsági alapismeretek	10
4.7.	Gyakorlat	20

4.1. Tananyagegység² 2026. június 1, 17.00-20.00, június 9.00-15.00

4.1.1.	Megnevezése: ³	Csecsemők és kisgyermek megfelelő táplálkozásának ismerete
4.1.2.	Célja:	A tananyagegység célja, hogy a résztvevők a kora gyermekkori táplálás területén elsajátítsák a magyar és nemzetközi ajánlásokat, majd ezeket gyakorlatba helyezik át.
4.1.3.	Megvalósítása során alkalmazott munkaformák:	frontális, egyéni, páros és csoportmunka
4.1.4.	Megvalósítása során alkalmazott képzési módszerek:	Előadás, magyarázat, szimuláció, megbeszélés, csoportos feladatmegoldás
4.1.5.	Óraszám:	25
4.1.6.	Beszámítható óraszám: ⁴	0
4.1.7.	Tartalma:	<ul style="list-style-type: none"> - Válaszkészség a mindennapokban - Pürével indító és BLW hozzátáplálás - Generációk közötti kommunikáció - Bio-pszicho-szociális modell - Neofóbia kezelése - Intuitív táplálkozás - Okostányér ismerete, megfelelő alkalmazása a csecsemő és kisgyermekkor idején - Étkezési helyzetek, családi dinamika, gyakori nehézségek
4.1.8.	A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltétele(i):	A tananyagegység elvégzéséről nem kerül kiállításra igazolás.

4.2. Tananyagegység 2026. július 4. 9.00-15.00

4.2.1.	Megnevezése: ⁵	Felnőttek táplálkozása
4.2.2.	Célja:	A tananyagegység célja, hogy a résztvevők a felnőttkori táplálkozás területén elsajátítsák a magyar és nemzetközi ajánlásokat, majd ezeket gyakorlatba helyezik át.
4.2.3.	Megvalósítása során alkalmazott munkaformák:	frontális, páros és csoportmunka
4.2.4.	Megvalósítása során alkalmazott képzési módszerek:	magyarázat, előadás, szerepjáték, szimuláció, megbeszélés, csoportos feladatmegoldás, gyakorlati feladatok megoldása
4.2.5.	Óraszám:	25
4.2.6.	Beszámítható óraszám: ⁶	0
4.2.7.	Tartalma:	<ul style="list-style-type: none"> - A jóllét kérdésköre - Bio-pszicho-szociális modell - Önismeret - Stresszkezelés - Intuitív táplálkozás - Okostányér ismerete, megfelelő alkalmazása
4.2.8.	A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltétele(i):	A tananyagegység elvégzéséről nem kerül kiállításra igazolás.

4.3. Tananyagegység 2026. augusztus 9.00-15.00

4.3.1.	Megnevezése: ⁷	Konzultáció, workshop, klub szervezése és értékesítése
4.3.2.	Célja:	A tananyagegység célja, hogy a résztvevők megismerjék a közösségi média alkalmazásának lehetőségeit, elsajátítsák a szervezéssel kapcsolatos megfelelő ismereteket
4.3.3.	Megvalósítása során alkalmazott munkaformák:	egyéni feladatmegoldás, páros munka, csoportmunka, frontális munka
4.3.4.	Megvalósítása során alkalmazott képzési módszerek:	Megbeszélés, rendszerezés, megfigyelés, magyarázat, előadás, csoportos és páros feladatmegoldás, szóbeli számonkérés
4.3.5.	Óraszám:	10
4.3.6.	Beszámítható óraszám: ⁸	0
4.3.7.	Tartalma:	<ul style="list-style-type: none"> -A konzultáció, workshop, klub szervezése, lebonyolítása online és offline módon. Ezekhez szükséges eszközök -Marketing -Értékesítési csatornák -Ügyfél-tölcser -Kommunikáció
4.3.8.	A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltétele(i):	A tananyagegység elvégzéséről nem kerül kiállításra igazolás.

4.4. Tananyagegység 2026.szeptember 6 9.00-15.00

4.4.1.	Megnevezése: ⁹	Önismeret, stresszkezelés
4.4.2.	Célja:	A tananyagegység célja, hogy a résztvevők megismerjék saját viselkedésjegyeiket, ezáltal felismerjék a partner legjellemzőbb tulajdonságait. Célja továbbá olyan módszerek megismertetése a résztvevőkkel, amivel a stresszt gyorsan és hatékonyan tudják oldani.
4.4.3.	Megvalósítása során alkalmazott munkaformák:	egyéni feladatmegoldás, páros munka, csoportmunka, frontális munka
4.4.4.	Megvalósítása során alkalmazott képzési módszerek:	Megbeszélés, rendszerezés, megfigyelés, magyarázat, előadás, csoportos és páros feladatmegoldás, szóbeli számonkérés
4.4.5.	Óraszám:	15
4.4.6.	Beszámítható óraszám: ¹⁰	0
4.4.7.	Tartalma:	A stressz lehetséges jelenléte, fajtái és kihatása. A saját felelősség, stresszkezelési ismeretek. A stressz kezelés könnyen elsajátítható technikái Szóbeli szimulációs feladat: egy lehetséges konzultációs helyzet megoldása
4.4.8.	A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltétele(i):	A tananyagegység elvégzéséről nem kerül kiállításra igazolás.

4.5. Tananyagegység 2026.október 3 9.00-15.00

4.5.1.	Megnevezése: ¹¹	Tudományos közlemények keresése és értelmezése
4.5.2.	Célja:	A tananyagegység célja, hogy a résztvevők megismerjék a tudományos közlemények értékelését, értelmezni tudják a köztük lévő kapcsolatokat.
4.5.3.	Megvalósítása során alkalmazott munkaformák:	egyéni feladatmegoldás, páros munka, csoportmunka, frontális munka
4.5.4.	Megvalósítása során alkalmazott képzési módszerek:	Megbeszélés, rendszerezés, megfigyelés, magyarázat, előadás, csoportos és páros feladatmegoldás, szóbeli számonkérés
4.5.5.	Óraszám:	15
4.5.6.	Beszámítható óraszám: ¹²	0
4.5.7.	Tartalma:	A tudományos közlemények fajtái A tudományos közlemények keresése és értelmezése A közlemények saját munka során történő felhasználása

4.4.8.	A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltétele(i):	A tananyagegység elvégzéséről nem kerül kiállításra igazolás.
--------	---	---

4.6. Tananyagegység 2026.november 15 9.00-15.00

4.6.1.	Megnevezése: ¹³	Élelmiszerbiztonsági alapismeretek
4.6.2.	Célja:	A tananyagegység célja, hogy a résztvevők megismerjék az élelmiszerbiztonsági tudnivalókat, illetve ezek gyakorlati alkalmazását.
4.6.3.	Megvalósítása során alkalmazott munkaformák:	egyéni feladatmegoldás, páros munka, csoportmunka, frontális munka
4.6.4.	Megvalósítása során alkalmazott képzési módszerek:	Megbeszélés, rendszerezés, megfigyelés, magyarázat, előadás, csoportos és páros feladatmegoldás, szóbeli számonkérés
4.6.5.	Óraszám:	10
4.6.6.	Beszámítható óraszám: ¹⁴	0
4.6.7.	Tartalma:	-Az élelmiszerbiztonsági tudnivalók elérésének gyakorlata, -HACCP alapismeretek -A házi ételkészítés során alkalmazandó tudnivalók
4.6.8.	A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltétele(i):	A tananyagegység elvégzéséről nem kerül kiállításra igazolás.

4.7. Tananyagegység 2026.december 13 9.00-11.00 2027.január 10. 9.00-11.00

4.7.1.	Megnevezése: ¹⁵	Gyakorlat
4.7.2.	Célja:	A tananyagegység célja, hogy a résztvevők gyakorlatot szerezzenek az edukációs konzulensi munkában
4.7.3.	Megvalósítása során alkalmazott munkaformák:	egyéni feladatmegoldás, páros munka, csoportmunka, frontális munka
4.7.4.	Megvalósítása során alkalmazott képzési módszerek:	Megbeszélés, rendszerezés, megfigyelés, magyarázat, előadás, csoportos és páros feladatmegoldás, szóbeli számonkérés
4.7.5.	Óraszám:	20
4.7.6.	Beszámítható óraszám: ¹⁶	0
4.7.7.	Tartalma:	Egyéni konzultációk, workshopok, klubok megtartása
4.7.8.	A tananyagegység elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltétele(i):	A tananyagegység elvégzéséről nem kerül kiállításra igazolás.

5. Csoportlétszám

5.1	Maximális csoportlétszám: ¹⁷ (fő)	10
-----	--	----

6. A képzésben részt vevő teljesítményét értékelő rendszer leírása

6.1.	<p>A képzésben résztvevő teljesítményét képzés közben fejlesztő értékelés keretében értékeljük. A fejlesztő értékelés szerepe, hogy a képzésben résztvevők fejlődését támogassa, a tanulási igényeket pontosítsa, az oktatók tanulásszervezési feladatait segítse.</p> <p>A képzés közbeni fejlesztő értékelés módjai: Visszakérdezés, Gyakorlati feladatmegoldás, Képzésben résztvevő visszajelzései, Beszélgetés.</p> <p>A fejlesztő értékeléshez nem tartozik minősítés, a tanulási és tanítási folyamatokat szolgálja.</p> <p>A képzéshez záró (szummatív) értékelés kapcsolódik. A résztvevőnek egy szóbeli szimulációs feladatot, és egy beadandó esszét kell teljesítenie. A záró feladatok megfelelt vagy nem megfelelt minősítésűek lehetnek.</p> <p>A záró feladaton elérhető minősítések: Megfelelt: a képzésben megszerzett ismeretek beépítésével reagál a szimulációs feladat megoldása során. Nem megfelelt: a képzésben megszerzett ismereteket nem építi be a szimulációs feladat megoldása során.</p>
------	---

7. A képzés zárása

7.1.	A képzés elvégzéséről szóló igazolás megnevezése:	TANÚSÍTVÁNY 2013. évi LXXVII. törvény 13/B. § 11/2020. (II. 7.) Korm. rendelet 22. § (1)
7.2.	A képzés elvégzéséről szóló igazolás kiadásának feltételei:	A képzés óraszámának legalább 80%-án való részvétel és a záró feladat „megfelelt” minősítésű teljesítése.

8. A képzési program végrehajtásához szükséges feltételek

8.1.	Személyi feltételek:	A képzési program tartalmához illeszkedő felsőfokú végzettségű tréner/oktató
8.2.	Személyi feltételek biztosításának módja:	Alvállalkozóként
8.3.	Tárgyi feltételek:	A résztvevők létszámának megfelelő oktatóterem, laptop/személyi számítógép, szoftverek, internetelérés.
8.4.	Tárgyi feltételek biztosításának módja:	A képzéshez szükséges tárgyi feltételek, eszközök meglétét a felnőttképző tulajdonjog, használati jog, bérleti jogviszony vagy egyéb használatra irányuló jogviszony alapján biztosítja.
8.5.	A képzéshez kapcsolódó egyéb speciális feltételek:	-

¹⁷ Zárt rendszerű elektronikus távoktatás esetén nem releváns.

8.6.	A képzéshez kapcsolódó egyéb speciális feltételek biztosításának módja:	-
------	---	---

2026. 01. 26.