



עמותת הדיאטנים והתזונאים בישראל

קורס תזונה צמחית מאוזנת

מחזור 13- אונליין, יולי 2020

ייעוץ מדעי וריכוז קורס: גב' הגר מילר

מפגש	נושאים	מרחבים
מפגש ראשון 24/07/20	פתיחה	הגר מילר, דיאטנית
	תזונה צמחית מאוזנת	
	הפסקה	
	תזונה צמחית כאסטרטגיה טיפולית	
	הפסקה	
	הצגת תרגיל הבית	
	תרגול	
מפגש שני 31/07/20	תזונה צמחית במעגל החיים: ינקות, ילדות, גיל ההתבגרות, הריון והנקה	נטלי שמש, דיאטנית
	הפסקה	
	תזונת ספורט	
	בריאות העצם ומאזן סידן	
	הפסקה	
	תרגול + הצפת תאורי מקרה	
	מהקליניקה	
מפגש שלישי 07/08/20	היבטים פסיכולוגיים של צמחונות וטבעונות	ד"ר דניאלה קרני, פסיכולוגית קלינית
	הפסקה	
	סויה- השפעות בריאותיות	אורית אופיר, דיאטנית
	תוספי תזונה	
	הפסקה	רוני חסון, דיאטנית
	מבט על המלצות תזונתיות מרחבי העולם	
מפגש רביעי 14/08/20	דגשים בתזונה צמחית אצל בני נוער	ליה יפה, דיאטנית
	לצבוע את בית החולים בירוק	
	הפסקה	הגר מילר, דיאטנית
	ההיבט הסביבתי	
	טרנדים תזונתיים	
	הפסקה	
	כלים שימושיים לעבודה בתזונה צמחית	
	הדגמות, משובים וסיכום	