OVERSIGT OVER UDDANNELSESFORLØBET, DATOER OG UNDERVISERE:

MODUL 1.
UNDERVISER: KAREN NØRBY
DATO: 10/9 2027
Hjernens anatomi og fysiologi. Hvordan fungerer nerveceller. Hvordan vi kan hjælpe kroppen til at danne signalstoffer som dopamin og serotonin. Samspillet mellem fordøjelsen, vores tarmflora og hjernen.

MODUL 2.
UNDERVISER: KAREN NØRBY
DATO: 8/10 2027
Kulhydrater, protein og fedtstoffer. Vores blodsukkerhormoner og sukker. ADHD, cyklus og hormoner. Fedtsyrer og deres virkningsmekanismer på nervesystemet.

MODUL 3.
UNDERVISER: KAREN NØRBY OG MARIE-LOUISE PLATZ BECKER
DATO: 29/10 2027
Allergier, intolerancer og deres indflydelse på nervesystemet. Neuropeptider, histamin og farvestoffer. Spise- og sanseudfordringer – når måltider bliver en udfordring.

MODUL 4.
UNDERVISER: PERNILLE KRUSE OG MALENE RYDAHL
DATO: 19/11 2027
Inflammation i krop og hjerne. Inflammationsdæmpende kost. Metylering. Udviklingsforstyrrelser og pædagogiske tilgange i arbejdet med børn, unge og familier.

MODUL 5.
UNDERVISER: KAREN NØRBY
DATO: 7/1 2028
Industrikemikalier og afgiftning. Vand og kroppens behov for væske. Vitaminer, mineraler og næringsstofmangler. Relevante kosttilskud. Hvordan påvirker rusmidler som sprut og stoffer hjernen? Og hvad kan vi gøre ved afhængighed?

MODUL 6.
UNDERVISER: KAREN NØRBY
DATO: 4/2 2028
Hvilke kliniske test kan være relevante for mennesker med udviklingsforstyrrelser? Cases: institutioner og personer, som hjælpes bl.a. gennem kost. Hvordan hjælper vi krop og hjerne til at danne energi? Ultraforarbejdet mad.

MODUL 7.
UNDERVISER: KAREN NØRBY
DATO: 10/3 2028
Motion og dens effekt på stressniveau og psyke. Søvn: hvad sker der, når vi sover, og hvordan påvirker søvnmangel psyken? Hvordan kan vi sænke stressniveauet gennem meditation og meditationsøvelser.

MODUL 8.
UNDERVISER: PERNILLE THOMSEN
DATO: 7/4 2028
Pædagogiske redskaber til at arbejde med livsstilændringer og mennesker med udviklingsforstyrrelser. Hvad sker der i hjernen, når den udsættes for stress? Hvorfor er struktur vigtigt. Idéer til at bruge struktur i hverdagen. Praktiske redskaber og øvelser.

MODUL 9.
UNDERVISER: PIA HOLM OG FREDE BRÄUNER
DATO: 5/5 2028
Ekskursion til Bramsnæsvig. Foredrag af daglig leder Pia Holm. Rundvisning. Hjernevenlig frokost. Hvordan kan vi kommunikerer sundhed med unge mennesker? Hvad kan vi måle på? Vi måler blodsukker, vægt, blodtryk, muskelstyrke mm.

MODUL 10.
UNDERVISER: KAREN NØRBY
DATO: 9/6 2028
Fremlæggelse af eksamensopgaver. Vi lærer og bliver inspireret af hinanden. Uddeling af eksamensbevis. Hjernevenlig festmiddag.

UNDERVISERE:

	Karen Nørby Ernæringsterapeut, forfatter og foredragsholder med speciale i kost og ADHD. Læs mere på www.karennorby.dk
	Pernille Kruse Humanbiolog og ernæringsterapeut med speciale i inflammation og antiinflammatorisk kost. Læs mere på: www.ernaeringslinjen.dk
	Pernille Thomsen Fysioterapeut, ekstern lektor, master i sundhedspædagogik og forfatter til bogen ” Du skal huske at fodre din søhest”. Læs mere på: www.pernillefys.dk
	Pia Holm Leder på specialskolen Bramsnæsvig. Sygeplejerske, kostvejleder og mor til en søn med en hjerneskade. Læs mere her: www.specialskolenbramsnsvig.dk

	Frede Bräuner Lærer, formand for foreningen Mad&Læring og forfatter til bogen ”Kost, adfærd og indlæringsevne”. Læs mere her: www.madoglaering.dk
	Marie-Louise Platz Becker Ergoterapeut hos Børne Specialisterne, uddannet og certificeret sundhedsrådgiver hos Umahro Cadogan samt ADHD-sundhedsvejleder. Børne Specialisterne bruger Marie-Louise internet til at undervise og vejlede kollegaer og forældre i ernæring og spiseudfordringer hos børn. www.bornespecialisterne.dk
	Malene Rydahl Pædagog, kostvejleder, ADHD-sundhedsvejleder og autismespecialist med mere end 20 års erfaring. Brænder for at forene viden om kost, udviklingsforstyrrelser og pædagogiske tilgange i arbejdet med børn, unge og familier. Læs mere på: www.malenerydahl.dk