



SERTIFISERINGSKURS

TD-metoden veileder



ERNÆRINGSTERAPI

MOTIVERENDE HELSEARBEID

Vil du hjelpe dine klienter til et lettere liv?

med lavere vekt – mer matglede – god samvittighet – mett og tilfreds

Som TD-metoden veileder kan du hjelpe dine klienter til et lettere liv ved hjelp av kostholds- og motivasjonsstrategier som allerede har hjulpet mange tusen.



Metoden representerer en kostholdsmessig bred vei hvor det er mulig å bli både lettere og friskere for mange helseplager - med helt alminnelig mat. Ingen ekstremisme nødvendig!

Metoden er et resultat av Trine Dahlmos nær 20-årige erfaring som Ernæringsterapeut og NLP Coach i en travel klinikkpraksis.

Kunnskapene og det pedagogiske materialet du får på kurset vil gjøre deg i stand til å gi personlig kostholds- og motivasjonsveiledning til klienter som ønsker å regulere vekten. Flere helseplager kan samtidig bedres, deriblant kolesterolubalanser, type 2 diabetes, fettlever, barnløshet grunnet PCOS og energitap tilknyttet måltidsrytmen.

I undervisningen fokuserer vi på hvordan jobbe helhetlig og praktisk - en TD-metoden veileder jobber like mye som motivator som kostholdsveileder!

Kurset holdes av metodens grunnlegger, Trine Dahlmo. Hun ønsker med sitt virke å gjøre trivsel og helse tilgjengelig for flere. Foruten å drive klinikkpraksis som ernæringsterapeut og NLP Coach holder hun utdanninger, kurs og foredrag innen sine fagområder. Hun skriver også om helse, mat og livsstil i bloggen Helseinspirator, har utgitt boken *Lettere – Slank med fornuft* via Cappelen Damm, er matskribent for ABC nyhetene og inspirerer på Helseinspirators YouTube-kanal. Sammen med seg har hun et nasjonalt team av ernæringsterapeuter som jobber med de metodene hun har erfart som så virksomme. Velkommen!

Trine, Marte og Jessica ☺

TD-metoden styringsgruppe

Kursforløpets moduler

MODUL 1
Ernæringsterapi I
16-19 januar 2020



MODUL 2
- Motiverende helsearbeid, 4 dg
- Markedsføring, 1 dg
19-23 februar 2020



MODUL 3
Ernæringsterapi II
17-18 april

Etablere og drive klinikk
ikke obligatorisk
19 april



Havarikondisjonen
Motiverende trening for utrente
ikke obligatorisk
Juni (dato kommer)



Nettkurs
Et lettere liv med TD-metoden

Opptakskrav Helsefaglig bakgrunn, f.eks. PT, rehabiliterende trener, fysioterapeut, hjelpepleier, sykepleier, kostholdsveileder.

Kurset holdes som klasseromsundervisning i 3 moduler fra kl 08:30 – 17:00. Siste dag i hver modul avsluttes kl 15:00. I tillegg tas nettkurset *Lettere med TD-metoden*. Vi anbefaler deg å starte praksis med klienter etter modul 2. Undervisningen *Etablere og drive klinikk*, samt *Havarikondisjonen* kan velges som tillegg til den obligatoriske undervisningen.

Sertifiseringskrav I kursperioden gjennomføres en skriftlig oppgave, innleveringsfrist. 4. september 2020. Oppgaven inkluderer bl.a å rapportere fra oppfølging av eget bruk av TD-metoden samt veiledning av 4 klienter. Oppgaven gis bestått/ikke bestått. Kurset avsluttes med multipel choice eksamen 2. oktober 2020. Regodkjenning hvert 2. år med 2 dager kurs og regodkjenningsoppgave (kr 2.800,- 1. x i 2021), i tillegg til at krav tilknyttet bruk av metoden innfris.

Kursmaterieill Boken *Lettere, slank med fornuft*, bloggen *Helseinspirator*, materiellet på nettkurset samt materiellet som deles ut på sertifiseringskurset.

Fagmiljø TD-metoden veilederne følges i et faglig fellesskap med support fra styringsgruppen. De profileres via TD-metodens nettside, Instagram og Facebook, og også via bloggen helseinspirator. Sammen lykkes vi!

Pris/Påmelding/Sted Kr. 14.500,- Undervisning er fritatt mva. Påmelding per tlf eller mail. Kontaktinfo under. Undervisningen holdes ved Mjøsgløtt feriehem i Brumunddalen.



Hjertelig velkommen i vårt motiverende team!

Trine, Marte og Jessica ☺