

# Hälsovägledare/friskvårdsinstruktör

900 poäng, två terminer heltidstudier



## Expedition

Jessica Larsson, tfn 49 73 80

## Mail & Webbsida

larcentrum@kub.trollhattan.se  
www.larcentrum.org

## Besöksadress

Swedenborg Center  
Lasarettsvägen 9

## Postadress

Lärcentrum  
461 84 Trollhättan

## Studievägledning

Annelie Sjölin, tfn 49 75 46  
Lisbeth Strängbäck, tfn 49 73 15  
Pia Roslund, tfn 010 - 487 21 91  
Veronica Berg, tfn 49 73 17

Utbildningen förbereder dig till arbeta som hälsovägledare/friskvårdsinstruktör på en befintlig arbetsplats, alternativt träningscentra eller som egen företagare inom hälsa och friskvård. Du kan arbeta med hälsa på individ-, grupp- eller samhällsnivå.

Du kommer att få grundläggande kunskaper om hälsofrämjande arbete i teori och praktik. Du lär dig om kroppens anatomi och uppbyggnad, funktion och behovet av fysisk aktivitet, hur näring och maten har betydelse för hälsan.

Under utbildningen får du träning i att planera och leda hälsoaktiviteter på individ- och gruppnivå, du kommer att erhålla grunder som du kan använda i arbetet som friskvårdsinstruktör, hälsoinspiratör, hälsocoach, hälsorådgivare eller hälsovägledare.

Utbildning kan även användas som en grund i arbeten med människor eller i fortsatta studier inom hälsoområdet.

*Terminstider: 2012 01 09 - 2012 06 08 samt 2012 08 13 - 2012 12 31*

## Kurser

## Poäng

Hälsopedagogik	50
Medicinsk grundkurs	100
Idrott och hälsa A	100
Näringslära	50
Arbetsmiljö och Säkerhet	50
Människan socialt och Kulturellt	100
Pedagogiskt ledarskap	100
Projekt och företagande	50
Kommunikation	50
Handledning	100
Idrott och Hälsa B	50
Psykologi A	50
Fritidskunskap	50

## Behörighet

Grundskola eller motsvarande med lägst betyget godkänd i svenska/svenska som andraspråk.

**Sök senast  
1 december!**

[www.larcentrum.org](http://www.larcentrum.org)



Vänersborgs kommun  
Komvux

