

KATARZYNA RZECZKOWSKA

tel. 607 654 689

email: krzeczowska@gmail.com



Psychodietetyk i dietetyk realizująca w praktyce wielopoziomową metodę pracy łączącą wiedzę medyczną, dotyczącą diet i zdrowia, ze sferą psychologiczną i fizyczną.

Ukończyła psychodietetykę w Wyższej Szkole Nauk Społecznych w Lublinie i dietetykę na Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi. Ponadto studiowała kulturoznawstwo na Uniwersytecie Wrocławskim. Spędziła kilkadziesiąt godzin na kursach z zakresu psychodietetyki i dietetyki oraz pracy indywidualnej z pacjentem i pracy z grupą, jednak najważniejszych umiejętności cały czas nabiera dzięki pracy w gabinecie. Fundamentem Jej pracy jest współpraca i kontakt, jaki najbardziej odpowiada pacjentowi dzięki analizie, nawiązaniu relacji, wyznaczeniu ambitnych, ale realnych celów oraz pełnym wsparciu.

Wykształcenie:

2018-2019 – Studia Podyplomowe – kierunek **PSYCHODIETETYKA**

2017-2018 – Studia Podyplomowe – kierunek **DIETETYKA**

2011-2013 – Studia Podyplomowe – kierunek **PEDAGOGIKA**

1997-2003 – Uniwersytet Wrocławski - kierunek **KULTUROZNAWSTWO**

1994-1997 – Liceum Ogólnokształcące

Przebyte kursy i szkolenia:

2018-2019 – **Szkolenia z zakresu Psychodietetyki:** „Psychodietetyka” w Akademia Dietetycznie Poprawni Warszawa czas trwania 50 h, „Psychodietetyka w praktyce” w Premium Sport Academy Wrocław, „Psychodietetyka” w Instytut Dietetyki i Promocji Zdrowia 50 h, „Zaburzenia kompulsywne na talerzu – psychodietetyka jako narzędzie pracy z pacjentem” w Kcalmar.pro, „Praca z grupą wsparcia”, „Psychologia w odchudzaniu”, „Dobry pierwszy kontakt” szkolenia/webinary prowadząca Anna Paluch-psycholog, psychodietetyk w Psychologia w Polsce sp. z o.o., "Jak zmotywować pacjenta w gabinecie?" w Kcalmar pro.



2017-2018 – **Szkolenia z zakresu Dietetyki:** „Dieta ketogeniczna w sportach wytrzymałościowych”, „RODO w gabinecie dietetyka”, „Nieswoiste choroby zapalne jelit – współpraca dietetyka z pacjentem”, „Kontrowersje wokół suplementacji – fakty i mity na temat suplementów diety” „Predyspozycje genetyczne – jak spersonalizować zalecenia dietetyczne”, „Doświadczenie dietetyka z pacjentem onkologicznym w Kcalmar pro.

2018r. Kurs „**Instruktora Nordic Walking**” w For Fame Agencja Promocji Sportu w Ełk

Umiejętności:

- posiadam wiedzę ogólną: pedagogiczną, dietetyczną, psychologiczną oraz z zakresu psychodietetyki
- łatwość nawiązywania kontaktów i umiejętność pracy w grupie
- konsekwencję w działaniu
- zdolności organizacyjne

Zainteresowania: teatr, film, entomologia, podróże, zaburzenia odżywiania

