



Naziv programske enote	
Program	Promotor zdravega načina življenja
Področje	Turizem, Velnes, Zdravje
<b>SPLOŠNI DEL</b>	
Utemeljenost (v skladu z javnim razpisom in analizo potreb)	<p>V skladu z Resolucijo o Nacionalnem programu izobraževanja odraslih v Republiki Sloveniji za obdobje 2013–2020 je potrebno v okviru tretjega prednostnega področja – usposabljanje in izpopolnjevanje za potrebe dela – razvijati nove programe izpopolnjevanja oziroma usposabljanja za odrasle. Cilj je izboljšanje oziroma pridobivanje poklicnih zmožnosti odraslih, kar omogoča uspešen vstop na trg dela ter uspešen razvoj kariere s tem pa tudi zviševanje konkurenčne sposobnosti gospodarstva v lokalnem okolju.</p> <p>Program usposabljanja je skladen s projektom »Razvoj UPD 2017«, ki ga financira Ministrstvo za šolstvo znanost in šport.</p> <p>Splošno znana dejstva o staranju populacije, o potrebi po promociji zdravja, o skrbi za lastno zdravje, o večjih investicijah, ki smo jih v zadnjih dvajsetih letih naredili v termah in več hotelih imajo za posledico potrebo po promociji zdravega načina življenja iz več vidikov, ker bo prebivalstvo bolj zdravo, bolj aktivno na eni strani in na drugi, ker se bo izvajalo pospeševanje prodaje, s tem pa se vsak slušatelj z izjemno dodano vrednostjo, ki jo ima ta program samostojno priuči tudi lastne skrbi za svoje zdravje oziroma se priuči zdravega načina življenja, kar je za to starostno obdobje bistvenega pomena.</p> <p>Program promotor zdravega načina življenja je bil izdelan na osnovi potreb, ki so jih izkazali delodajalci, saj se npr. v hotelu zdi zelo pomembno, da tudi natakar zna promovirati velneško ponudbo, ko je v komunikaciji z gostom. Ker predstavlja turizem najobetavnejšo gospodarsko panogo za razvoj naše države je tudi številčni potencial vključitve v program izjemno velik in neomejen, saj praktično nikoli ne mora biti preveč usposobljenih promotorjev zdravega načina življenja. Zahteva po ustrezno usposobljenih promotorjih zdravega načina življenja pa je povezana tudi z zakonsko podlago ( Uradni list RS, št. 43/2011 z dne 3. 6. 2011: 6. člen ZVZD-1) ki navaja, da delodajalec mora zagotoviti promocijo zdravja na delovnem mestu. Ta profil promotorja zdravega načina življenja je tako uporaben in dobrodošel prav vsaki delovni organizaciji, ne le v velneški dejavnosti. Potrebe za tovrstni profil so tako izjemno velike in bodo v prihodnje še naraščale, saj se prebivalstvo stara in bo še bolj povpraševalo po storitvah za preventivo oziroma aktivno staranje.</p>

	<p>Zaradi velikih potreb na trgu tako v okviru velneške dejavnosti, kot v okviru zakonske obveze Promocije zdravja na delovnem mestu je smiselno usposobiti kadre, ki bodo s promocijo zdravega načina življenja ne le pridobili kompetence, morebitne zaposlitve, temveč tudi naredili nekaj zase, za lastno zdravje, za dvig splošne ravni ozaveščanja o pomenu zdravega načina življenja med prebivalstvom kar ima vrsto multiplikativnih pozitivnih učinkov na razvoj, gospodarstvo in družbo v Sloveniji. Za tovrstno delo se je že bil nekaj pilotnih projektov v preteklosti, ki pa nikoli niso zaživel v praksi.</p> <p>Če želimo slediti razvojnim smernicam v prihodnje, se je nujno potrebno soočiti z vseživljenjski m učenjem, medgeneracijskim sodelovanjem, programi za promocijo zdravja in zdravega načina življenja ter nenazadnje se nenehno seznanjati z novostmi na tem področju ter jih nato skrbno in načrtno promovirati, da bo tako posameznik, kot vsak vključeni in nenazadnje tudi širša družba od tega lahko imela več koristi. Nenazadnje velja omeniti tudi RESOLUCIJO O NACIONALNEM PLANU ZDRAVSTVENEGA VARSTVA 2016 - 2025 "SKUPAJ ZA DRUŽBO ZDRAVJA", ki prav tako poudarja pomen promocije zdravega načina življenja.</p>
<p>Ciljna skupina (v skladu z javnim razpisom in analizo potreb)</p>	<p>Ciljna skupina usposabljanja so odrasli, ki imajo končano najmanj poklicno izobraževanje s področja gostinske ali turistične smeri ali pridobljeno srednjo izobrazbo katerekoli smeri. Ti si želijo pridobiti dodatno izobrazbo za svetovanje s področja zdravega načina življenja, ker so prepoznali v tem tudi lastno filozofijo svojega nadaljnjega življenja. Prav tako se lahko prepoznajo kot promotorji zdravega načina življenja v okviru delovne organizacije z namenom izvedbe promocije zdravja na delovnem mestu. V ciljno skupino pa spadajo tudi odrasle osebe, ki imajo že pridobljeno srednjo poklicno izobrazbo drugih smeri, vendar so se pripravljene priučiti smernic zdravega načina življenja in jih tudi promovirati.</p>

<p>Cilji programa (v skladu z javnim razpisom in analizo potreb)</p>	<p><b>Cilji programa so:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• da udeleženci usposabljanja razumejo osnovno teorijo zdravja, zdravega načina življenja, velnesa, velneške ponudbe in velneške dejavnosti</li> <li>• da poznajo osnovne naloge in vlogo promotorja zdravega načina življenja</li> <li>• da poznajo velneško ponudbo (izdelke, postopke, storitve, programe, smernice, priporočila) za področje zdrave prehrane</li> <li>• da poznajo velneško ponudbo (izdelke, postopke, storitve, programe, smernice, priporočila) za področje gibanja</li> <li>• da poznajo velneško ponudbo (izdelke, postopke, storitve, programe, smernice, priporočila) za področje sprostitve</li> <li>• da poznajo velneško ponudbo (izdelke, postopke, storitve, programe, smernice, priporočila) za področje lepote in telesne nege</li> <li>• da spoznajo in se naučijo osnov etičnega kodeksa velneške dejavnosti</li> <li>• usposobiti za promocijo zdravega načina življenja</li> <li>• usposobiti za prepoznavanje prioritet pri sogovorniku, kateremu promoviramo zdrav način življenja</li> <li>• usposobiti za predstavitev (promocijo)osnovnih značilnosti zdravega načina življenja v povezavi z velneško ponudbo</li> <li>• usposobiti za komuniciranje s strankami</li> <li>• usposobiti za pospeševanje prodaje velneške ponudbe</li> <li>• usposobiti za prepoznavanje temeljnih strokovnih pojmov velneške dejavnosti v nemškem jeziku</li> <li>• usposobiti za prepoznavanje temeljnih strokovnih pojmov velneške dejavnosti v angleškem jeziku</li> <li>• usposobiti za izvajanje promocije zdravja na delovnem mestu</li> </ul> <p><b>Udeleženci usposabljanja bodo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Razumeli pomen zdravja, zdravega načina življenja</li> <li>• Razumeli pomen vloge promotorja zdravega načina življenja</li> <li>• Izboljšali svoje znanje, spretnosti in sposobnosti, povezane s poznavanjem vsebin velneške ponudbe in terminologije slednje tudi v nemškem in angleškem jeziku</li> <li>• Izvajali promocijo velneških vsebin s komunikacijskimi sposobnostmi in zaupnostjo.</li> <li>• Pridobili formalno usposobljenost za promotorja zdravega načina življenja</li> </ul>
<p>Obseg programa</p>	<p>100 ur</p>
<p>• Teoretični del (št. ur)</p>	<p>30 ur</p>
<p>• Praktični del (št. ur)</p>	<p>70 ur</p>

## Pogoji za končanje programa

Pogoj za končanje programa je uspešno opravljen preizkus teoretičnega dela (test) in praktične usposobljenosti za promotorja zdravega načina življenja.

Preizkus se opravlja v dveh delih, najprej v pisni obliki, kjer imajo slušatelji na razpolago 45 minut časa za reševanje pisnega testa, ki je sestavljen iz treh oblik vprašanj, v prvem sklopu se obkroža izmed več možnih odgovorov, v drugem se dopolnjuje navedbe in v tretjem se prosto odgovarja na vprašanja.

Po poteku časa za pisanje imajo slušatelji najmanj 15 minut odmora, nato sledi praktični preizkus, ki temelji na praktičnem prikazu usvojenih kompetenc. Slušatelj preverja vsak posamezen sklop predstavljenih vsebin, ocenjen je iz kriterijev glede na igranje vlog v slovenskem in tujih jezikih. Preverjanje praktičnega dela traja po posamezniku najmanj 10 in največ 60 minut.

Končna ocena je sestavljena iz 40% ocene teoretičnega dela in 60% ocene praktičnega dela. Za uspešno opravljeno usposabljanje se šteje, v kolikor je slušatelj skupaj dosegel minimalno 60%. Ocena opravljanja se napiše v %, vendar se slušatelja le seznanijo z oceno, ki je opravil ali ni opravil.

### OCENJEVALNA LESTVICA

0-59%	60-100%
NI OPRAVIL	JE OPRAVIL

Za uspešno opravljeno usposabljanje mora posameznik imeti najmanj 80% udeležbo na predavanjih in opravljeno končno preverjanje. Potrdilo, ki ga prejme slušatelj izda izvajalec usposabljanja, na potrdilu je naveden izvajalec usposabljanja, ime in rojstni podatek slušatelja, naziv usposabljanja, obseg ur (100 ur) in vsebina poglavij, datum zaključka usposabljanja, podpis odgovorne osebe izvajalca in žig institucije, ki izvaja usposabljanje. Prav tako se doda zaporedna številka potrdila.

### Teoretični del:

1. Osnove zdravega načina življenja, velnesa in velneške dejavnosti
2. Osnove o pomenu zdrave prehrane za zdrav način življenja
3. Osnove o pomenu gibanja za zdrav način življenja
4. Osnove o pomenu sprostitve za zdrav način življenja
5. Osnove o pomenu lepotne in telesne nege za zdrav način življenja
6. Etični kodeks velneške dejavnosti
7. Poslovno komuniciranje
8. Pospeševanje prodaje
9. Strokovni termini velneške dejavnosti v nemškem jeziku
10. Strokovni termini velneške dejavnosti v angleškem jeziku

### Praktični del

1. Poznavanje vsebin zdravega načina življenja
2. Promoviranje vsebin zdravega načina življenja
3. Raba komunikacijskih veščin, sposobnosti, komunikacijskih orodij
4. Uspešno prepoznavanje prioritet v izboru teme promocije zdravega načina življenja
5. Igranje vloge promotorja zdravega načina življenja

POSEBNI DEL	
Vsebine programa	<p>Program je sestavljen iz teoretičnega dela in praktičnega usposabljanja. Vsebuje 14 enot:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uvod</li> <li>2. Osnove velnesa kot zdravega načina življenja</li> <li>3. Osnove velneške dejavnosti</li> <li>4. Zdrava prehrana za zdrav način življenja</li> <li>5. Gibanje za zdrav način življenja</li> <li>6. Sprostitev za zdrav način življenja</li> <li>7. Lepotna in telesna nega za zdrav način življenja</li> <li>8. Specifike velneške ponudbe oz. velneških programov</li> <li>9. Specifike poslovnega komuniciranja in sporazumevanja</li> <li>10. Aktivnosti promotorja zdravega načina življenja</li> <li>11. Vloga promotorja v pospeševanju prodaje velneških storitev</li> <li>12. Strokovni pojmi velneške dejavnosti v nemškem jeziku</li> <li>13. Strokovni pojmi velneške dejavnosti v angleškem jeziku</li> <li>14. Zaključek usposabljanja – preverjanje teoretičnega in praktičnega znanja</li> </ol>
Kompetence, pridobljene s programom	<p><b><u>Udeleženec pridobi naslednje poklicne kompetence:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Znanja in veščine za samostojno opravljanje storitev informiranja o velneški ponudbi</li> <li>• Znanja in veščine za samostojno komuniciranje z gosti na temo promocije velneške ponudbe</li> <li>• Znanje o ponudbi s področja zdrave prehrane</li> <li>• Znanje o ponudbi s področja gibanja</li> <li>• Znanje o ponudbi s področja sprostitvenih storitev</li> <li>• Znanje o ponudbi s področja storitev za lepoto in nego telesa.</li> <li>• Pozna in promovira izdelke, storitve, produkte in programe velneške ponudbe po posameznih področjih (zdrava prehrana, gibanje, sprostitvev, lepotna in telesna nega)</li> <li>• Pozna izdelke, storitve, produkte in programe velneške ponudbe po posameznih področjih (zdrava prehrana, gibanje, sprostitvev, lepotna in telesna nega)</li> <li>• Zna načrtovati, pripraviti in izvesti aktivnosti skladno s smernicami poslovnega komuniciranja</li> <li>• Pozna pravila etičnega kodeksa in poslovnega komuniciranja za izvajanje aktivnosti informiranja in promocije velneških storitev,</li> <li>• Zna načrtovati, pripraviti, izvesti in organizirati delo promotorja zdravega načina življenja</li> <li>• Zna načrtovati, pripraviti in izvesti aktivnosti s področja pospeševanja prodaje na prodajnem mestu</li> <li>• Pozna in zna uporabljati osnovne fraze v nemškem jeziku, ki so uporabne v vsakodnevni praksi velneškega centra</li> <li>• Pozna in zna uporabljati osnovne fraze v angleškem jeziku, ki so uporabne v vsakodnevni praksi velneškega centra</li> </ul>

<p>Spretnosti, pridobljene s programom</p>	<p><b>Udeleženec pridobi naslednje spretnosti:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• organizira svoje delo,</li> <li>• razume promocijsko gradivo o velneški ponudbi,</li> <li>• svetuje gostu o ponudbi velneških storitev</li> <li>• predvidi prioriteto vsebino, ki jo gostu promovira,</li> <li>• uporablja razne komunikacijske veščine in komunikacijska,</li> <li>• komunicira s strankami in s sodelavci,</li> <li>• spoštuje etični kodeks v velneški dejavnosti</li> <li>• načrtuje časovni okvir za promocijo,</li> <li>• svetuje o pomenu lastne skrbi za zdravje</li> <li>• svetuje kako doseči bolj zdrav način življenja</li> <li>• svetuje za nakup storitev velneške dejavnosti</li> <li>• uporablja fraze velneške ponudbe v nemškem in angleškem jeziku</li> </ul>
<p>Splošne kompetence, dopolnjene s programom</p>	<p>Udeleženec si krepí splošne kompetence, s tem pa postaja dovezetnejši do sprememb, ki jih nudi sodobno delovno okolje.</p> <p>Udeleženec pridobi naslednje splošne kompetence:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• spozna pomen vseživljenjskega izobraževanja in učenja,</li> <li>• dela v skupini (timu), komunicira s strankami (gosti), sodelavci in nadrejenimi,</li> <li>• uporablja IKT opremo,</li> <li>• zna prebrati in promovirati promocijsko dokumentacijo,</li> <li>• pomaga k dosegu splošnega cilja bolj zdravega prebivalstva</li> <li>• ozavešča o pomenu zdravja in lastni skrbi za zdravje</li> <li>• svetuje kako doseči bolj zdrav način življenja</li> <li>• medgeneracijsko sodeluje</li> </ul>

Organizacija  
izobraževanja  
(navedba vsebinskih  
sklopov- modulov,  
časovni obseg)

Program je sestavljen iz 14. enot. V uvodnem delu se predstavijo splošne smernice programa in vsebina, cilji ter program dela. Nato je v okviru teoretičnega dela najprej namenjeno spoznavanje velnesa in velneške dejavnosti, ki od splošnega prehaja v specializirano področje, kjer se slušatelji seznanijo z glavnimi področji, ki sooblikujejo velneško ponudbo (zdrava prehrana, gibanje, sprostitvev, lepota in telesna nega). Ko slušatelji spoznajo vsebine se potem učijo slednje primerno predstavljati, promovirati, komunicirati, ne le v slovenskem, tudi v nemškem in angleškem jeziku. Celotno usposabljanje traja 100 ur, od tega je 30 ur teoretičnega dela in 70 ur praktičnega usposabljanja. Teoretičen del izvedemo pred praktičnim delom. Teoretični in praktični del se izvedeta v učilnici, ki ima vsa potrebno računalniško opremo, povezavo na splet, projektor. Udeleženci na začetku prejmejo gradivo, tekom predavanj pa delovne liste. Ob zaključku vsake enote sledi samoevalvacija slušatelja z namenom preverjanja znanja, kar je v pomoč izvajalcu zaradi lažjega prilagajanja skupini.  
T =teorija P = praktični del

1. **Uvod** (1 ura T)  
Predstavitve programa, ciljev, vsebine  
Pomen zdravja v sodobni družbi  
Pomen promocije zdravja v sodobni družbi
2. **Osnove velnesa kot zdravega načina življenja** (2 uri T in 5 ur P)
3. **Osnove velneške dejavnosti** (2 uri T in 5 ur P)
4. **Zdrava prehrana za zdrav način življenja** (3 ure T in 6 ur P)
5. **Gibanje za zdrav način življenja** (3 ure T in 6 ur P)
6. **Sprostitvev za zdrav način življenja** (3 ure T in 5 ur P)
7. **Lepota in telesna nega za zdrav način življenja** (3 ure T in 5 ur P)
8. **Specifike velneške ponudbe oz. velneških programov** (3 ure T)
9. **Specifike poslovnega komuniciranja in sporazumevanja** (5 ur T in 15 ur P)
10. **Aktivnosti promotorja zdravega načina življenja** (2 uri T in 5 ur P)
11. **Vloga promotorja v pospeševanju prodaje velneških storitev** (2 uri T in 5 ur P)
12. **Strokovni pojmi velneške dejavnosti v nemškem jeziku** (5 ur P)
13. **Strokovni pojmi velneške dejavnosti v angleškem jeziku** (5 ur P)
14. **Zaključek usposabljanja – preverjanje teoretičnega in praktičnega znanja** (1 ura T in 3 ure P)

	<p>Program usposabljanja izvaja diplomirani organizator turizma, ki ima najmanj 2 leti izkušenj v velneški dejavnosti ter najmanj 2 leti izkušenj z izobraževanji.</p> <p>Zaželjeno je, da je predavatelj habilitirani predavatelj za področje velneških vsebin. Vsebine tujega jezika poučuje profesor nemškega oziroma angleškega jezika. Vsebine komunikacije pa profesor slovenskega jezika ali diplomirani komunikolog. Vsak mora imeti vsaj 2 leti delovnih izkušenj in izkazovati povezanost z velneško dejavnostjo.</p>
<p>Spremljanje izvajanja programa (dnevnik, lista prisotnosti)</p>	<p>Na predavanju ali praktičnem usposabljanju se dnevno preverja prisotnost udeležencev. Udeleženci v listi prisotnosti s svojim podpisom na vsakem obisku potrdijo svojo prisotnost.</p> <p>Predavatelj vodi dnevnik, v katerega zapisuje vsebino predelane učne snovi in vsebine praktičnega usposabljanja.</p> <p>V dnevnik zapisuje svoja opažanja o napredku skupine ali o morebitnih primanjkljajih v teoretičnem in praktičnem znanju slušateljev.</p>
<p>Evalvacija</p>	<p>Po končanem usposabljanju izvajalec programa pripravi anketni evalvacijski vprašalnik o zadovoljstvu slušateljev z usposabljanjem. Evalvacija je namenjena preverjanju zadovoljstva z organizacijo usposabljanja in strokovnostjo, doslednostjo, prijaznostjo ter dostopnostjo izvajalca usposabljanja. Vsebine evalvacije so naravnane na cilje programa usposabljanja, strokovnost izvajalca usposabljanja, ustreznost gradiva, ki ga prejmejo udeleženci usposabljanja, organizacijo usposabljanja, izpolnitev pričakovanj udeležencev in ustreznost trajanja programa glede na zahtevnost vsebin teoretičnega in praktičnega dela. Povratne informacije udeležencev bodo v pomoč pri naslednjih izvedbah, da slednje lahko v prihodnje postanejo še bolj kakovostne.</p>



<p>Pogoji za izvajanje programa</p>	<p>Usposabljanje se izvaja v učilnici s klasično opremo in usposobljenim učiteljem.</p> <p>Pri usposabljanju se uporabljajo kratke predstavitve, fotografije, video posnetki, predstavitve, izvajajo se praktične naloge, vaje, dialogi, uporablja se gradivo, ter izvajajo se razgovori z vprašanji.</p> <p>Zelo pomemben del usposabljanja so praktične naloge, kjer udeleženci usposabljanja dejansko samostojno izvedejo promocijski nastop za posamezni vsebinski sklop programa. Pomembno je, da se udeleženci naučijo spretnosti v poslovnem komuniciranju, da dodobra spoznajo vsebino ter da natrenirajo posebnosti v promoviranju zdravega načina življenja slušateljem.</p> <p>Vse demonstracije in praktične naloge so pripravljene na osnovi ustreznih praktičnih znanj in so načrtovane in pripravljene tako, da lahko dejansko prikažejo vse probleme realnega okolja in realnih izzivov velneške dejavnosti.</p>
<p>Mednarodna primerljivost programa usposabljanja</p>	<p>Podobni programi se izvajajo v vseh državah evropske unije. Ker so uporabniki in zakonodaja v večini držav raznoliki, a vsi usmerjeni v promocijo zdravega prehranjevanja in promocijo fizičnega gibanja je teh programov izjemno veliko. Mnogi izobraževalni centri za usposabljanje pripravljajo različne programe iz tega področja.</p> <p><u>Primerjalni program:</u></p> <p>Health license - healthy with proper exercise &amp; nutrition</p> <p>(<a href="http://www.e-w-i.eu/en/house-training">http://www.e-w-i.eu/en/house-training</a>)</p> <p>Izvajalec: Europäisches Wellness Institut (EWI®), Am Erdbeeracker 30, D-65830 Kriftel, Nemčija</p> <p><u>Primerjalni program:</u> Health Promotion</p> <p>(<a href="http://www.american.edu/cas/healthpromotion/BS-HEPR.cfm">http://www.american.edu/cas/healthpromotion/BS-HEPR.cfm</a>)</p> <p>Izvajalec: American University Washington DC, 4400 Massachusetts Avenue, NW Washington, DC 20016</p>