ΚΕΝΤΡΟ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ & Διά Βίου ΜΑΘΗΣΗΣ
ΓΕΩΠΟΝΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ

ΓΕΩΠΟΝΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ
AGRICULTURAL UNIVERSITY OF ATHENS

ΚΕΔΙΒΙΜ

Ενημερωτικός Οδηγός Σπουδών



Ακαδημαϊκού Έτους 2026-2027

Εργαστήριο Διαιτολογίας και Ποιότητας Ζωής
Τμήμα Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής του Ανθρώπου
Σχολή Επιστημών Τροφίμων και Διατροφής
ΓΕΩΠΟΝΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ
Ιερά Οδός 75, Αθήνα 118 55, Ελλάδα

1. Εισαγωγή

Το Κέντρο Επιμόρφωσης και Διά Βίου Μάθησης (Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ.) του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών (Γ.Π.Α.) σας καλωσορίζει στο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα με τίτλο «**Σύγχρονες Μέθοδοι Διατροφικής Αξιολόγησης Ενηλίκων**», διάρκειας **500 διδακτικών ωρών (20 ECTS)**, το οποίο υλοποιείται με μικτή μορφή διδασκαλίας.

Επιστημονική Υπεύθυνη του Προγράμματος είναι η **Δρ. Καλλιόπη Άννα Πούλια**, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Κλινικής Διαιτολογίας στο Εργαστήριο Διαιτολογίας και Ποιότητας Ζωής, του Τμήματος Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής του Ανθρώπου, του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών.

2. Σκοπός

Σκοπός του Προγράμματος είναι η παροχή εξειδικευμένης και επικαιροποιημένης επιμόρφωσης σε επιστήμονες υγείας αναφορικά με τις σύγχρονες μεθόδους διατροφικής αξιολόγησης ενηλίκων, με έμφαση στη θεωρητική τεκμηρίωση, την πρακτική εφαρμογή και τη σύνδεση των ευρημάτων της αξιολόγησης με τη λήψη κλινικών και διαιτολογικών αποφάσεων.

Παράλληλα, στοχεύει στην ενίσχυση της ικανότητας των συμμετεχόντων να εφαρμόζουν τεκμηριωμένες μεθόδους διατροφικής φροντίδας τόσο στην κοινότητα όσο και στο κλινικό ή νοσοκομειακό περιβάλλον, σύμφωνα με τις σύγχρονες απαιτήσεις της διεπιστημονικής φροντίδας υγείας. Το προτεινόμενο Πρόγραμμα ανταποκρίνεται στις σύγχρονες ανάγκες επιμόρφωσης στον χώρο της διατροφής και των επιστημών υγείας, καθώς προάγει την επικαιροποίηση γνώσεων σε ένα πεδίο με άμεση εφαρμογή στην πρόληψη, την κλινική πράξη και τη μακροχρόνια παρακολούθηση ενηλίκων. Η έμφαση στην τεκμηριωμένη επιλογή μεθόδων αξιολόγησης και την ερμηνεία των ευρημάτων με κλινικά κριτήρια προσδίδει στο Πρόγραμμα σαφή επαγγελματικό προσανατολισμό και υψηλή προστιθέμενη αξία για τους/τις συμμετέχοντες/ουσες.

3. Αναγκαιότητα Προγράμματος

Το παρόν Πρόγραμμα αποτελεί μία καινοτόμο εκπαιδευτική πρωτοβουλία που στοχεύει στην παροχή εξειδικευμένων γνώσεων και δεξιοτήτων στις πιο σύγχρονες μεθόδους διατροφικής αξιολόγησης ενηλίκων. Η ακριβής και έγκαιρη διατροφική αξιολόγηση αποτελεί το πρώτο βήμα για τη διάγνωση υποθρεψίας και την παρακολούθηση της κατάστασης θρέψης ασθενών, τον σχεδιασμό εξατομικευμένων διατροφικών παρεμβάσεων, την αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας θεραπευτικών προσεγγίσεων, καθώς και την παραγωγή έγκυρων και αξιόπιστων ερευνητικών δεδομένων.

Το Πρόγραμμα βασίζεται σε ένα ολοκληρωμένο εκπαιδευτικό πλαίσιο, το οποίο συνδυάζει:

- θεωρητική κατάρτιση στις σύγχρονες μεθοδολογίες (ανθρωπομετρία, ανάλυση σύστασης σώματος, εκτίμηση πρόσληψης, λειτουργική κατάσταση)
- πρακτική εξοικείωση με προηγμένα εργαλεία και λογισμικά (π.χ. BIA, DEXA, BOD-POD, CT/ SliceOmatic, Nutritionist Pro)
- κλινική εφαρμογή μέσω περιστατικών και ασκήσεων που προσομοιώνουν πραγματικές συνθήκες πρακτικής

Με την ολοκλήρωση του Προγράμματος, οι εκπαιδευόμενοι/ες αναμένεται να διευρύνουν, να αναβαθμίσουν και να επικαιροποιήσουν τις γνώσεις, τις ικανότητες και τις δεξιότητες που έχουν αποκτήσει από το τυπικό σύστημα εκπαίδευσης και από την επαγγελματική εμπειρία, καθώς και να αποκτήσουν εφόδια που θα τους επιτρέψουν να εφαρμόσουν άμεσα τις αποκτηθείσες γνώσεις τόσο στην καθημερινή κλινική πρακτική (διαιτολογικά γραφεία, νοσοκομειακά ιδρύματα, κέντρα πρωτοβάθμιας φροντίδας), όσο και στην έρευνα (κλινικές μελέτες, επιδημιολογικές έρευνες, ακαδημαϊκές εργασίες).

4. Μαθησιακοί Στόχοι

Με την ολοκλήρωση του Προγράμματος, οι εκπαιδευόμενοι/ες αναμένεται να έχουν αποκτήσει τις απαραίτητες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες αναφορικά με τις μεθόδους διατροφικής αξιολόγησης ενηλίκων στην κλινική πράξη και την έρευνα. Ειδικότερα, ως βασικοί μαθησιακοί στόχοι του Προγράμματος ορίζονται οι ακόλουθοι:

- Κατανόηση των ενδείξεων, των περιορισμών και της κλινικής χρησιμότητας διαφορετικών μεθόδων αξιολόγησης της θρεπτικής κατάστασης
- Εξοικείωση των εκπαιδευομένων με τις βασικές και σύγχρονες έννοιες της διατροφικής αξιολόγησης ενηλίκων
- Κατανόηση των βασικών αρχών των μεθόδων ανάλυσης της σύστασης σώματος
- Εξοικείωση με τα εργαλεία διατροφικής αξιολόγησης και λειτουργικής κατάστασης
- Ικανότητα σύνδεσης των ευρημάτων της αξιολόγησης με τον σχεδιασμό στοχευμένων διατροφικών παρεμβάσεων
- Ικανότητα εφαρμογής σύγχρονων μεθόδων αξιολόγησης ενηλίκων, εκτίμηση της σωματικής σύστασης και συλλογής στοιχείων για τη διατροφική πρόσληψη
- Ικανότητα να αναγνωρίζουν άτομα με διαταραγμένη διατροφική κατάσταση και να προτείνουν εργαλεία διαλογής
- Ικανότητα εκτίμησης της σύστασης σώματος και συσχέτιση με σχετικές καταστάσεις όπως η σαρκοπενία, η υποθρεψία και τα χρόνια νοσήματα
- Ενίσχυση της τεκμηριωμένης κλινικής σκέψης και της κριτικής αξιοποίησης της σύγχρονης βιβλιογραφίας
- Ενίσχυση της διεπιστημονικότητας και της συνεργασίας με άλλους επαγγελματίες υγείας για την παροχή της βέλτιστης φροντίδας σε άτομα και ομάδες ατόμων
- Χρήση τεκμηριωμένων επιστημονικών δεδομένων και κατευθυντήριων οδηγιών για την υποστήριξη της πρακτικής που βασίζεται σε τεκμηριωμένα στοιχεία

5. Ομάδα Στόχος

Το Πρόγραμμα απευθύνεται σε:

- Επαγγελματίες Υγείας: Απόφοιτοι ημεδαπής Α.Ε.Ι., Τ.Ε.Ι., Ι.Ε.Κ. ή αλλοδαπής σχετικών τμημάτων π.χ. Διατροφής και Διαιτολογίας, Ιατρικής, Φαρμακευτικής, Νοσηλευτικής, Γεωπονίας, Δημόσιας Υγείας, κ.λπ.
- Προπτυχιακοί Φοιτητές Επαγγελμάτων Υγείας: Φοιτητές ημεδαπής Α.Ε.Ι., Τ.Ε.Ι., Ι.Ε.Κ. ή αλλοδαπής σχετικών τμημάτων π.χ. Διατροφής και Διαιτολογίας, Ιατρικής, Φαρμακευτικής, Νοσηλευτικής, Γεωπονίας, Δημόσιας Υγείας, κ.λπ.
- Επαγγελματίες και Προπτυχιακοί Φοιτητές στον τομέα του Αθλητισμού: Απόφοιτοι ή Φοιτητές ημεδαπής Α.Ε.Ι., Τ.Ε.Ι., Ι.Ε.Κ. ή αλλοδαπής σχετικών τμημάτων π.χ. Επιστήμης Φυσικής Αγωγής Αθλητισμού, Φυσικοθεραπείας, κ.λπ.
- Οποιονδήποτε/οποιαδήποτε ενδιαφέρεται να αποκτήσει γνώσεις αναφορικά με τις βασικές αρχές της διατροφικής αξιολόγησης

6. Δομή Προγράμματος

Θεματική Ενότητα 1: Εισαγωγή στις διαταραχές θρέψης				
Ημερομηνία (Τρόπος διεξαγωγής)	**Υποενότητα**	**Διδάσκων/ουσα**	**Διάρκεια σε ώρες**	**Μονάδες ECTS**
02/11/2026 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	1.1 Διαταραχές θρέψης και διαδικασία διατροφικής φροντίδας	Πούλια Καλλιόπη Άννα	65	2.6
02/11/2026 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	1.2 Αρχές ανίχνευσης διατροφικού κινδύνου και διατροφικής αξιολόγησης	Πούλια Καλλιόπη Άννα		
02/11/2026 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	1.3 Διάγνωση δυσθρεψίας στην εποχή των κριτηρίων της Παγκόσμιας Ηγετικής Πρωτοβουλίας για τη Δυσθρεψία (GLIM)	Πούλια Καλλιόπη Άννα		
02/11/2026 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	1.4 Έλεγχος εγκυρότητας και αξιοπιστίας εργαλείων εκτίμησης διατροφικής αξιολόγησης	Μαγριπλή Εμμανουέλα		
13/11/2026 (Σύγχρονη διδασκαλία)	1.5 Σύνοψη, κλινικό περιστατικό, σύντομο τεστ πολλαπλής επιλογής	Πούλια Καλλιόπη Άννα		

Θεματική Ενότητα 2: Εργαλεία ανίχνευσης διατροφικού κινδύνου και διατροφικής αξιολόγησης				
Ημερομηνία (Τρόπος διεξαγωγής)	**Υποενότητα**	**Διδάσκων/ουσα**	**Διάρκεια σε ώρες**	**Μονάδες ECTS**
16/11/2026 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	2.1 Επικυρωμένα εργαλεία ανίχνευσης διατροφικού κινδύνου	Πούλια Καλλιόπη Άννα	40	1.6
16/11/2026 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	2.2 Επικυρωμένα εργαλεία διατροφικής αξιολόγησης	Πούλια Καλλιόπη Άννα		
27/11/2026 (Σύγχρονη διδασκαλία)	2.3 Σύνοψη, κλινικό περιστατικό, σύντομο τεστ πολλαπλής επιλογής	Πούλια Καλλιόπη Άννα		

Θεματική Ενότητα 3: Παράμετροι διατροφικής αξιολόγησης				
Ημερομηνία (Τρόπος διεξαγωγής)	**Υποενότητα**	**Διδάσκων/ουσα**	**Διάρκεια σε ώρες**	**Μονάδες ECTS**
30/11/2026 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	3.1 Ανθρωπομετρικές μετρήσεις	Καράτζη Καλλιόπη	65	2.6
30/11/2026 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	3.2 Ερμηνεία βιοχημικών δεικτών διατροφικής αξιολόγησης	Παπακωνσταντίνου Αιμιλία		
30/11/2026 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	3.3 Φυσική εξέταση εστιασμένη στη διατροφή	Μήτρου Παναγιώτα		
30/11/2026 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	3.4 Μέθοδοι εκτίμησης ενεργειακής πρόσληψης και δαπάνης	Καράτζη Καλλιόπη		
30/11/2026 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	3.5 Μέθοδοι εκτίμησης λειτουργικής κατάστασης	Καράτζη Καλλιόπη		
11/12/2026 (Σύγχρονη διδασκαλία)	3.6 Σύνοψη, κλινικό περιστατικό, σύντομο τεστ πολλαπλής επιλογής	Πούλια Καλλιόπη Άννα		

Θεματική Ενότητα 4: Σύγχρονες μέθοδοι ανάλυσης σύστασης σώματος				
Ημερομηνία (Τρόπος διεξαγωγής)	**Υποενότητα**	**Διδάσκων/ουσα**	**Διάρκεια σε ώρες**	**Μονάδες ECTS**
14/12/2026 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	4.1 Ανάλυση σύστασης σώματος με τη χρήση ανάλυσης βιοηλεκτρικής εμπέδησης (BIA)	Ανδρούτσος Οδυσσέας	70	2.8
14/12/2026 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	4.2 Ανάλυση σύστασης σώματος με τη χρήση υπερήχου (US)	Πούλια Καλλιόπη Άννα		
14/12/2026 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	4.3 Ανάλυση σύστασης σώματος με τη χρήση απορροφησιομετρίας ακτίνων-Χ διπλής ενέργειας (DEXA)	Ανδρούτσος Οδυσσέας		
14/12/2026 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	4.4 Ανάλυση σύστασης σώματος με τη χρήση αξονικής τομογραφίας (CT)	Πούλια Καλλιόπη Άννα		
14/12/2026 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	4.5 Ανάλυση σύστασης σώματος με τη χρήση πληθυσμογραφίας μετατόπισης αέρα (BOD-POD)	Πούλια Καλλιόπη Άννα		
08/01/2027 (Σύγχρονη διδασκαλία)	4.6 Σύνοψη, κλινικό περιστατικό, σύντομο τεστ πολλαπλής επιλογής	Πούλια Καλλιόπη Άννα		

Θεματική Ενότητα 5: Διατροφική αξιολόγηση στην ψηφιακή εποχή				
Ημερομηνία (Τρόπος διεξαγωγής)	**Υποενότητα**	**Διδάσκων/ουσα**	**Διάρκεια σε ώρες**	**Μονάδες ECTS**
11/01/2027 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	5.1 Ψηφιακές εφαρμογές καταγραφής διατροφικής πρόσληψης	Καράτζη Καλλιόπη	45	1.8
11/01/2027 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	5.2 Εφαρμογές τεχνητής νοημοσύνης (AI) στη διατροφική αξιολόγηση	Χρυσουλά Λυδία		
11/01/2027 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	5.3 Περιορισμοί και δεοντολογικά ζητήματα στη χρήση τεχνητής νοημοσύνης (AI) στη διατροφική αξιολόγηση	Χρυσουλά Λυδία		
22/01/2027 (Σύγχρονη διδασκαλία)	5.4 Σύνοψη, κλινικό περιστατικό, σύντομο τεστ πολλαπλής επιλογής	Πούλια Καλλιόπη Άννα		

Θεματική Ενότητα 6: Από τη διατροφική αξιολόγηση στη διατροφική υποστήριξη				
Ημερομηνία (Τρόπος διεξαγωγής)	**Υποενότητα**	**Διδάσκων/ουσα**	**Διάρκεια σε ώρες**	**Μονάδες ECTS**
25/01/2027 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	6.1 Από του στόματος διατροφική υποστήριξη: εμπλουτισμός τροφίμων και πόσιμα συμπληρώματα διατροφής	Νικολακοπούλου Κωνσταντίνα		
25/01/2027 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	6.2 Αρχές εντερικής σίτισης: ενδείξεις, αντενδείξεις, σκευάσματα σίτισης, καθετήρες σίτισης και ανεπιθύμητες ενέργειες	Μωρόγιαννη Κωνσταντίνα		

25/01/2027 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	6.3 Αρχές παρεντερικής σίτισης: ενδείξεις, αντενδείξεις, σκευάσματα σίτισης, καθετήρες σίτισης και επιπλοκές	Νικολακοπούλου Κωνσταντίνα	65	2.6
25/01/2027 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	6.4 Ο ρόλος της διεπιστημονικής ομάδας στην εφαρμογή πρωτοκόλλων υποστήριξης θρέψης	Μωρόγιαννη Κωνσταντίνα		
05/02/2027 (Σύγχρονη διδασκαλία)	6.5 Σύνοψη, κλινικό περιστατικό, σύντομο τεστ πολλαπλής επιλογής	Πούλια Καλλιόπη Άννα		

Θεματική Ενότητα 7: Διατροφική διαχείριση νοσολογικών οντοτήτων και κλινικών καταστάσεων				
Ημερομηνία (Τρόπος διεξαγωγής)	**Υποενότητα**	**Διδάσκων/ουσα**	**Διάρκεια σε ώρες**	**Μονάδες ECTS**
08/02/2027 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	7.1 Νεότερα δεδομένα για τις αλλαγές σύστασης σώματος ατόμων με παχυσαρκία και σακχαρώδη διαβήτη υπό θεραπεία με αγωνιστές υποδοχέων GLP-1	Μήτρου Παναγιώτα	80	3.2
08/02/2027 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	7.2 Νεότερα δεδομένα για τις διαταραχές θρέψης και σύστασης σώματος ατόμων με καρκίνο	Μήτρου Παναγιώτα		
08/02/2027 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	7.3 Νεότερα δεδομένα για τις διαταραχές θρέψης και σύστασης σώματος ατόμων με χρόνια νεφρική νόσο	Σκαλιώτη Χρυσάνθη		
08/02/2027 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	7.4 Νεότερα δεδομένα για τις διαταραχές θρέψης και σύστασης σώματος ατόμων με χρόνια ηπατική νόσο	Νικολακοπούλου Κωνσταντίνα		
08/02/2027 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	7.5 Νεότερα δεδομένα για τις διαταραχές θρέψης και σύστασης σώματος γηριατρικού πληθυσμού	Κραββαρίτη Ευρυδίκη		
08/02/2027 (Ασύγχρονη διδασκαλία)	7.6 Νεότερα δεδομένα για τις διαταραχές θρέψης και σύστασης σώματος ατόμων με πολυνοσηρότητα	Μωρόγιαννη Κωνσταντίνα		
19/02/2027 (Σύγχρονη διδασκαλία)	7.7 Σύνοψη, κλινικό περιστατικό, σύντομο τεστ πολλαπλής επιλογής	Πούλια Καλλιόπη Άννα		

Θεματική Ενότητα 8: Εφαρμογές στην κλινική πρακτική και την έρευνα				
Ημερομηνία (Τρόπος διεξαγωγής)	**Υποενότητα**	**Διδάσκων/ουσα**	**Διάρκεια σε ώρες**	**Μονάδες ECTS**
01-05/03/2027 (Δια ζώσης – Εργαστήριο Διαιτολογίας και Ποιότητας Ζωής, Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών)	Πρακτική άσκηση – Ομάδα Α’	Πούλια Καλλιόπη Άννα Μωρόγιαννη Κωνσταντίνα Νικολακοπούλου Κωνσταντίνα	70	2.8
08-12/03/2027 (Δια ζώσης – Εργαστήριο Διαιτολογίας και Ποιότητας Ζωής, Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών)	Πρακτική άσκηση – Ομάδα Β’	Πούλια Καλλιόπη Άννα Μωρόγιαννη Κωνσταντίνα Νικολακοπούλου Κωνσταντίνα		
Ολιγομελή τμήματα, κατόπιν συνεννόησης με την Επιστημονική Υπεύθυνη				

7. Πρακτική Άσκηση

Η πρακτική άσκηση, διάρκειας μίας (1) εβδομάδας, πραγματοποιείται στους χώρους του Εργαστηρίου Διαιτολογίας και Ποιότητας Ζωής, του Τμήματος Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής του Ανθρώπου, του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών.

Κατά την πρακτική άσκηση καλύπτονται οι ακόλουθες ενότητες:

- Εκτίμηση ενεργειακής πρόσληψης στην κλινική πρακτική και την έρευνα: ανάλυση ανακλήσεων 24ώρου με τη χρήση του λογισμικού Nutritionist Pro
- Εφαρμογή μετρήσεων ανθρωπομετρίας και λειτουργικής κατάστασης στην κλινική πρακτική και την έρευνα: περιφέρειες, δερματικές πτυχές και χειροδυναμομέτρηση
- Εφαρμογή μετρήσεων ανάλυσης σύστασης σώματος στην κλινική πρακτική και την έρευνα: BIA, US, DEXA, CT – λογισμικό SliceOmatic και BOD-POD

Η πρακτική άσκηση είναι προαιρετική, και επομένως δεν αποτελεί προϋπόθεση για την επιτυχή ολοκλήρωση του Προγράμματος.

8. Επιστημονική Ομάδα

Επιστημονική Υπεύθυνη	
Πούλια Καλλιόπη Άννα	Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Κλινικής Διαιτολογίας, Εργαστήριο Διαιτολογίας και Ποιότητας Ζωής, Τμήμα Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής του Ανθρώπου, Σχολή Επιστημών Τροφίμων και Διατροφής, Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών

Διδάσκοντες/ουσες	
Ανδρούτσος Οδυσσέας	Επίκουρος Καθηγητής Ιατρικού Μεταβολισμού και Διατροφής, Εργαστήριο Διαιτολογίας και Ποιότητας Ζωής, Τμήμα Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής του Ανθρώπου, Σχολή Επιστημών Τροφίμων και Διατροφής, Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών

Καράτζη Καλλιόπη	Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Κλινικής Συμβουλευτικής και Διατροφικής Συμπεριφοράς, Εργαστήριο Διαιτολογίας και Ποιότητας Ζωής, Τμήμα Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής του Ανθρώπου, Σχολή Επιστημών Τροφίμων και Διατροφής, Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών
Κραββαρίτη Ευρυδίκη	Επίκουρη Καθηγήτρια Γηριατρικής, Ιατρική Σχολή, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Α' Προπαιδευτική Παθολογική Κλινική, Γενικό Νοσοκομείο Αθηνών «Λαϊκό»
Μαγριπλή Εμμανουέλα	Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Διατροφικής Επιδημιολογίας και Δημόσιας Υγείας, Εργαστήριο Διαιτολογίας και Ποιότητας Ζωής, Τμήμα Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής του Ανθρώπου, Σχολή Επιστημών Τροφίμων και Διατροφής, Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών
Μήτρου Παναγιώτα	Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Ιατρικού Μεταβολισμού και Διατροφής, Εργαστήριο Διαιτολογίας και Ποιότητας Ζωής, Τμήμα Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής του Ανθρώπου, Σχολή Επιστημών Τροφίμων και Διατροφής, Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών
Μωρόγιαννη Κωνσταντίνα	Διαιτολόγος – Διατροφολόγος, Υποψήφια Διδάκτωρ, Εργαστήριο Διαιτολογίας και Ποιότητας Ζωής, Τμήμα Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής του Ανθρώπου, Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών
Νικολακοπούλου Κωνσταντίνα	Διαιτολόγος – Διατροφολόγος, Υποψήφια Διδάκτωρ, Εργαστήριο Διαιτολογίας και Ποιότητας Ζωής, Τμήμα Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής του Ανθρώπου, Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών
Παπακωνσταντίνου Αιμιλία	Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Διατροφής και Μεταβολισμού, Εργαστήριο Διαιτολογίας και Ποιότητας Ζωής, Τμήμα Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής του Ανθρώπου, Σχολή Επιστημών Τροφίμων και Διατροφής, Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών
Σκαλιώτη Χρυσάνθη	Επίκουρη Καθηγήτρια Νεφρολογίας, Ιατρική Σχολή, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Γενικό Νοσοκομείο Αθηνών «Λαϊκό»
Χρυσουλά Λυδία	Διαιτολόγος – Διατροφολόγος, Υποψήφια Διδάκτωρ, Εργαστήριο Διαιτολογίας και Ποιότητας Ζωής, Τμήμα Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής του Ανθρώπου, Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών

9. Μέθοδος Υλοποίησης

Το Πρόγραμμα υλοποιείται με μικτή μορφή εκπαίδευσης, η οποία περιλαμβάνει ασύγχρονη εξ αποστάσεως διδασκαλία μέσω ηλεκτρονικής πλατφόρμας e-learning, σύγχρονες διαδικτυακές συνεδρίες μέσω Zoom, καθώς και διά ζώσης πρακτική άσκηση, ως εξής:

- Ασύγχρονη διδασκαλία: Όλες οι διδακτικές ενότητες διατίθενται μέσω ασύγχρονης εξ αποστάσεως εκπαίδευσης, με δυνατότητα αυτοδύναμης μελέτης του εκπαιδευτικού υλικού από τους εκπαιδευόμενους.
- Σύγχρονη διδασκαλία: Με το πέρας κάθε διδακτικής ενότητας, πραγματοποιούνται σύγχρονες εκπαιδευτικές δραστηριότητες, οι οποίες περιλαμβάνουν παρουσιάσεις και συζητήσεις αναφορικά με τα βασικά σημεία των ενοτήτων, ανάλυση κλινικών περιστατικών, καθώς και σύντομα τεστ πολλαπλής επιλογής για την εμπέδωση και αξιολόγηση των αποκτηθεισών γνώσεων.

- Διά ζώσης: Η πρακτική άσκηση υλοποιείται διά ζώσης, με την ολοκλήρωση όλων των διδακτικών ενοτήτων, στις εγκαταστάσεις του Εργαστηρίου Διαιτολογίας και Ποιότητας Ζωής.

10. Τεχνικές Εκπαίδευσης / Εργαλεία/ Εξοπλισμός

Στο πλαίσιο του Προγράμματος αξιοποιούνται:

- Βιντεοδιαλέξεις και ψηφιακό εκπαιδευτικό υλικό (αρχεία PDF, βίντεο, οπτικοποιημένα γραφήματα/ infographics)
- Κλινικά περιστατικά και ανάλυση κλινικών σεναρίων διατροφικής αξιολόγησης
- Διαδραστικές ασκήσεις ερμηνείας δεδομένων (ανθρωπομετρία, BIA, DEXA, BOD-POD, US, CT/ SliceOmatic)
- Φόρουμ συζήτησης και ομάδες εργασίας για ανταλλαγή εμπειριών
- Διαδικτυακές συναντήσεις σε πραγματικό χρόνο (live webinars) με ερωταπαντήσεις (Q&A) και επίδειξη εργαλείων αξιολόγησης
- Διά ζώσης εκπαιδευτικές συναντήσεις για την επίδειξη μεθόδων διατροφικής αξιολόγησης

Η παραπάνω προσέγγιση ενισχύει την ευελιξία συμμετοχής, διευκολύνει εργαζόμενους επαγγελματίες υγείας και υποστηρίζει τη σταδιακή οικοδόμηση γνώσεων και δεξιοτήτων μέσα από συνδυασμό θεωρίας και εφαρμογής.

Οι τεχνικές εκπαίδευσης περιλαμβάνουν μελέτη εκπαιδευτικού υλικού, βιντεοδιαλέξεις, εισηγήσεις με χρήση παρουσιάσεων, ανάλυση μελετών περίπτωσης, επίλυση εφαρμοσμένων ασκήσεων, ομαδική συζήτηση, καθώς και κατευθυνόμενη ερμηνεία πραγματικών ή προσομοιωμένων δεδομένων διατροφικής αξιολόγησης. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στην εκπαίδευση μέσω κλινικών σεναρίων, ώστε οι εκπαιδευόμενοι/ες να εξασκούνται στην επιλογή κατάλληλων εργαλείων ανίχνευσης διατροφικού κινδύνου και αξιολόγησης, την ερμηνεία ευρημάτων και τη σύνδεσή τους με τη λήψη διατροφικών αποφάσεων. Παράλληλα, αξιοποιούνται τεχνικές ενεργητικής μάθησης, όπως ερωτήσεις κατανόησης, σύντομα τεστ αυτοαξιολόγησης, συζήτηση προβλημάτων πρακτικής εφαρμογής και ανατροφοδότηση από τον/την εκπαιδευτή/ρια. Με τον τρόπο αυτό ενισχύεται η ενεργή συμμετοχή, η κριτική σκέψη και η δυνατότητα μεταφοράς της νέας γνώσης στο επαγγελματικό περιβάλλον των συμμετεχόντων.

Για τη συμμετοχή στο Πρόγραμμα, οι εκπαιδευόμενοι/ες πρέπει να διαθέτουν:

- σύγχρονο ηλεκτρονικό υπολογιστή ή φορητή συσκευή με πολυμεσικές δυνατότητες (κάμερα, μικρόφωνο, ηχεία ή ακουστικά) και πρόσβαση στο διαδίκτυο
- προσωπικό λογαριασμό ηλεκτρονικής αλληλογραφίας (email)
- βασικές δεξιότητες στη χρήση ηλεκτρονικού υπολογιστή

Η πρακτική επίδειξη μεθόδων διατροφικής αξιολόγησης περιλαμβάνει βασικά όργανα ανθρωπομετρίας και αξιολόγησης σωματικής σύστασης, όπως ζυγός σωματικού βάρους, αναστημόμετρο, μεζούρα μέτρησης περιφερειών, δερματοπτυχόμετρο, χειροδυναμόμετρο, βιοηλεκτρική εμπέδηση, απορροφησιομετρία ακτίνων-Χ διπλής ενέργειας, υπέρηχο, πληθυσμογραφία μετατόπισης αέρα, κ.α., τα οποία είναι διαθέσιμα στο Εργαστήριο Διαιτολογίας και Ποιότητας Ζωής του Γ.Π.Α.

11. Εκπαιδευτικό Υλικό/ Πρόσθετες Πηγές

Οι εκπαιδευόμενοι/ες θα έχουν πρόσβαση σε ένα σύνολο υλικού στήριξης, το οποίο περιλαμβάνει τις εκπαιδευτικές παρουσιάσεις του Προγράμματος, επιλεγμένη σχετική βιβλιογραφία και στοχευμένες παραπομπές για περαιτέρω εμβάθυνση στο γνωστικό πεδίο.

12. Μεθοδολογία Αξιολόγησης

12.1 Αξιολόγηση Εκπαιδευόμενων

Η αξιολόγηση των εκπαιδευόμενων πραγματοποιείται μέσω:

- σύντομων τεστ πολλαπλής επιλογής ανά ενότητα, η οποία αποτελεί το 30% της συνολικής βαθμολογίας
- ατομικής εργασίας, η οποία αποτελεί το 20% της συνολικής βαθμολογίας
- τελικής εξέτασης, η οποία αποτελεί το 50% της συνολικής βαθμολογίας

Για την επιτυχή ολοκλήρωση του Προγράμματος, οι συμμετέχοντες/ουσες απαιτείται να συγκεντρώσουν βαθμολογία ίση ή μεγαλύτερη του 70% (≥70%) σε κάθε διδακτική ενότητα, την τελική εξέταση και συνολικά στο Πρόγραμμα.

12.2 Αξιολόγηση Προγράμματος

Μετά την τελική αξιολόγηση, οι εκπαιδευόμενοι/ες οφείλουν να συμμετάσχουν σε διαδικασία αξιολόγησης του Προγράμματος, συμπληρώνοντας ανώνυμα το αντίστοιχο ερωτηματολόγιο του Κ.Ε.ΔΙ.Β.Ι.Μ. του Γ.Π.Α. Τα πορίσματα θα χρησιμοποιηθούν για τη συνέχιση ή/και βελτίωση του εκπαιδευτικού Προγράμματος.

13. Υποχρεώσεις Εκπαιδευόμενων/ Πιστοποιητικό Επιμόρφωσης

Για την επιτυχή ολοκλήρωση του Προγράμματος, οι συμμετέχοντες/ουσες οφείλουν:

- να παρακολουθούν τις διδακτικές ενότητες που υλοποιούνται με ασύγχρονη μορφή διδασκαλίας και να μελετούν το αντίστοιχο εκπαιδευτικό υλικό, εντός του χρονικού διαστήματος που ορίζεται στον Οδηγό Σπουδών του Προγράμματος
- να παρακολουθούν τις διδακτικές ενότητες που υλοποιούνται με σύγχρονη μορφή διδασκαλίας και να μελετούν το αντίστοιχο εκπαιδευτικό υλικό, εντός του χρονικού διαστήματος που ορίζεται στον Οδηγό Σπουδών του Προγράμματος
- να ολοκληρώνουν επιτυχώς τα ερωτηματολόγια αξιολόγησης, τόσο ανά ενότητα όσο και στην τελική εξέταση, με ποσοστό επιτυχίας τουλάχιστον 70% ανά εξέταση
- να υποβάλουν την ατομική εργασία, εντός των προβλεπόμενων προθεσμιών
- να έχουν καταβάλει το σύνολο των διδάκτρων πριν από την έναρξη του Προγράμματος

Σημειώνεται ότι η πρακτική άσκηση είναι προαιρετική και επομένως δεν αποτελεί προϋπόθεση για την επιτυχή ολοκλήρωση του Προγράμματος.

Μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του Προγράμματος, το Γ.Π.Α. χορηγεί «Πιστοποιητικό Εξειδικευμένης Επιμόρφωσης», καθώς και «Παράρτημα Πιστοποιητικού Επιμόρφωσης», στα οποία αναγράφονται αναλυτικά οι διδακτικές ενότητες, οι ώρες επιμόρφωσης και οι αποκτηθείσες πιστωτικές μονάδες ECTS. Τα πιστοποιητικά εκδίδονται από το Κ.Ε.ΔΙ.Β.Ι.Μ. του

Γ.Π.Α. στην ελληνική και την αγγλική γλώσσα, και υπογράφονται από τον/την Πρόεδρο του Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ. και την Επιστημονική Υπεύθυνη του Προγράμματος.

Στους/στις συμμετέχοντες/ουσες που έχουν παρακολουθήσει το Πρόγραμμα, χωρίς να έχουν ολοκληρώσει επιτυχώς το σύνολο των απαιτούμενων υποχρεώσεων, χορηγείται «Βεβαίωση Παρακολούθησης».

14. Κόστος Συμμετοχής/ Εκπτωτική Πολιτική

Το κόστος συμμετοχής στο Πρόγραμμα ανέρχεται σε **550 ευρώ** και καταβάλλεται εφάπαξ πριν από την έναρξή του, προκειμένου να κατοχυρωθεί η συμμετοχή του/της εκπαιδευόμενου/ης. Παρέχεται έκπτωση 20% σε ανέργους, πολύτεκνους, νέους/ες επιστήμονες έως 30 ετών και φοιτητές/ριες.

Οι ενδιαφερόμενοι/ες καταθέτουν το ανωτέρω ποσό στον παρακάτω λογαριασμό, στον οποίο δικαιούχος είναι ο Ειδικός Λογαριασμός Κονδυλίων Έρευνας (Ε.Λ.Κ.Ε.) του Γ.Π.Α., αναφέροντας απαραίτητα το ονοματεπώνυμό τους και τον κωδικό Ε.Λ.Κ.Ε. του έργου **(κωδικός 80714)** .

Εθνική Τράπεζα στο λογαριασμό με IBAN: GR 2801100400000004001883448

Το αποδεικτικό κατάθεσης επισυνάπτεται στην αίτηση που υποβάλλεται ηλεκτρονικά στην ιστοσελίδα του Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ. του Γ.Π.Α.

15. Αιτήσεις

Οι ενδιαφερόμενοι/ες υποβάλλουν αίτηση ηλεκτρονικά στην ιστοσελίδα του Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ. του Γ.Π.Α., επισυνάπτοντας όλα τα προαπαιτούμενα έντυπα.

Σε περίπτωση που δε συγκεντρωθεί ο ελάχιστος απαιτούμενος αριθμός επιμορφούμενων, το Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ. διατηρεί το δικαίωμα αλλαγής της ημερομηνίας έναρξης του Προγράμματος ή/και ακύρωσής του.

16. Επικοινωνία

Για περισσότερες πληροφορίες οι ενδιαφερόμενοι/ες μπορούν να επικοινωνούν με:

- τη Γραμματειακή Υποστήριξη του Προγράμματος: Κωνσταντίνα Νικολακοπούλου (e-mail: knikolakopoulou@aua.gr)
- τη Γραμματεία του Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ. του Γ.Π.Α. [email: kedivim@aua.gr, Τηλέφωνο: 210 5294400 (10.00-15.30)]



Κέντρο Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης (Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ.) του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών (Γ.Π.Α.)

Ιερά Οδός 75, 11855, Αθήνα

Κτίριο - «Θερμοκήπιο Τεχνών και Δεξιοτήτων» (πίσω από το εστιατόριο) – 1ος όροφος

Email: kedivim@aua.gr

Site: kedivim.aua.gr

Τηλέφωνο: 2105294400

Facebook: Κέντρο Επιμόρφωσης & Δια Βίου Μάθησης Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών

Instagram: kedivim_gpa

LinkedIn: Κέντρο Επιμόρφωσης & Δια Βίου Μάθησης (ΚΕΔΙΒΙΜ) ΓΠΑ