

# Intyg

Härmed intygas att **Elin Sundahl** har deltagit i följande kurs på Folkuniversitetet i Göteborg.

## Kost och näringslära, heldistans

Omfattning: 6 veckor, ca 18 studietimmar

Period: höstterminen 2010

Kursledare: Anders Kjellander

### Kursinnehåll

- Kroppens ämnesomsättning
- Matsmältningsprocessen
- De energigivande ämnena
- De energigivande processerna
- Vitaminer och mineraler
- Näringsdeklarationer
- Modedieter
- Planera din kost
- Kostregistrering
- Analys av kostdagbok
- Förändringsarbete - kost

Göteborg 10 december 2010



Sofia Hjelm

**Folkuniversitetet**

Kursverksamheten vid Göteborgs Universitet

Kursavdelningen

031-10 65 52



**Folkuniversitetet**

Kursverksamheten vid Göteborgs universitet