



MODUL 1-1:
NATURMEDICINENS VERDEN

🎥 VIDEO: Velkommen til Nordic College of Natural Medicine (00:15) – Jesper Hollensberg

🎥 VIDEO: Velkommen til Den Naturmedicinske Metode m.m. (i alt 01:26) – Anna Iben og Jesper Hollensberg m.fl.

Onsdag d. 4. januar 2023 kl. 19-21

📺 LIVE: Kom godt i gang med 1. semester – Anna Iben og Jesper Hollensberg

🎥 VIDEO: Naturmedicinens Grundprincipper (02:35) (A)- Jesper Hollensberg

🎥 VIDEO: Dit helbred dit ansvar (03:45) (A) - Anna Iben Hollensberg

🎥 VIDEO: Årsagsbehandling med Functional Medicine (04:13) (A)– Anna Iben Hollensberg

🎥 VIDEO: Tracking af dit sunde liv – Lær at afkode din krop. Introduktion til GreenBoost – 3 uger på turbokost (02:04) (B) – Anna Iben Hollensberg

Tirsdag d. 17. januar 2023, kl. 19.30-21

📺 LIVE: Spørgetime (A) – Anna Iben og Jesper Hollensberg

MODUL 1-2:
KOST, ERNÆRING OG TILSKUD
DIT PERSONLIGE GREENBOOST-FORLØB

🎥 VIDEO: Mad som medicin (01:42) (A) – Anna Iben Hollensberg

🎥 VIDEO: Proteiner – Kroppens vigtige byggesten (00:42) (A) – Tina Wolsgaard

🎥 VIDEO: Fedtstoffer – Næring til hjerne og nervesystem (00:48) (A) – Tina Wolsgaard

🎥 VIDEO: Kulhydrater – Energi på godt og ondt (00:41) (A) – Tina Wolsgaard

🎥 VIDEO: Vitaminer – Kilden til din vitalitet (00:52) (A) – Tina Wolsgaard

🎥 VIDEO: Mineraler – Grundstofferne til en levende og velfungerende krop (00:46) (A) – Tina Wolsgaard

🎥 VIDEO: God fordøjelse med fornøjelse (01:11) (A) – Tina Wolsgaard

Tirsdag d. 7. februar 2023, kl. 19-20.30

 **LIVE:** Spørgetime (A) – Tina Wolsgaard

Onsdag d. 18. januar – Onsdag d. 8. februar 2023

GREENBOOST-FORLØB (separat plan følger)

MODUL 1-3:
KROPPENS INDRE BALANCER

 **VIDEO:** Blodsukkerbalancen (00:45) (A) – Tina Wolsgaard

 **VIDEO:** Syre-base-balancen (00:38) (A) – Tina Wolsgaard

 **VIDEO:** Hormonbalancen (01:08) (A) – Tina Wolsgaard

 **VIDEO:** Immunforsvaret (00:48) (A) – Tina Wolsgaard

 **VIDEO:** Livsstils- og velfærdssygdomme (00:56) (A) – Tina Wolsgaard

 **VIDEO:** Brikkerne til dit sunde liv (06:15) (A) – Tina Wolsgaard

Tirsdag d. 7. marts 2023, kl. 19-20.30

 **LIVE:** Spørgetime (A) – Tina Wolsgaard

MODUL 1-4:
**DE FØRSTE LEVEÅR
DET NATURMEDICINSKE HUSAPOTEK**

 **VIDEO:** Sund fertilitet og glad graviditet (01:04) (A) – Anette Straadt

 **VIDEO:** Naturlige babyer og stærke børn (01:08) (A) – Anette Straadt

 **VIDEO:** De fantastiske urter – Medicin fra Guds eget apotek (02:01) (A) – Jesper Hollensberg

 **VIDEO:** Det homøopatiske husapotek – Lær at håndtere hverdagens skavanker (01:23) (B) – Jesper Hollensberg

 **VIDEO:** Psykisk robust med Bach's blomstermedicin (01:14) (B) – Tina Wolsgaard

Tirsdag d. 28. marts 2023, kl. 19-20.30

 **LIVE:** Spørgetime (A) – Jesper Hollensberg

Tirsdag d. 9. maj 2023, kl. 19.30-21

 **LIVE:** Spørgetime og opsummering af hele semesteret (A) – Anna Iben og Jesper Hollensberg

Tirsdag 30. maj 2023, kl. 19-20

🖥️ ONLINE: Skriftlig prøve (B)

Søndag 4. juni 2023, kl. 13-14

🖥️ ONLINE: Skriftlig prøve (B)

🎥: Indspillet webinar

🖥️: Online-live-undervisning på Zoom

(A): Obligatorisk pensum for gennemgående studerende

(B) Tilvalgs-pensum

