



Datum	Ämne	Hur	Litteratur: kapitel
Vecka 3 15/1 - 19/1	Upprop online: 15 januari 12:00, (spelas in) Kursinformation (schema, Canvas platform) Inläsning Matsmältningssystemet Föreläsning 1: Matsmältningssystemet Instuderingsfrågor 1: Matsmältning	ZOOM , länk kommer att skickas med e-post Understanding Nutrition (bok) Inspelad föreläsning Inlämning senast 28/01 söndag	UN: 3 (+1)
Vecka 4 22/1 – 26/1	Inläsning Kolhydrater Föreläsning 2: Kolhydrater Instuderingsfrågor 2: Kolhydrater Diskussionsfrågor 1: Kolhydrater (OBL)	Understanding Nutrition (bok) Inspelad föreläsning Inlämning senast 11/02 söndag Inlämning senast 11/02 söndag	UN: 4 + artiklar
Vecka 5 29/1 - 2/2	Eget arbete		
Vecka 6 5/2 - 9/2	Inläsning proteiner Föreläsning 3: Proteiner Instuderingsfrågor 3: Proteiner Diskussionsfrågor 2: Proteiner (OBL)	Understanding Nutrition (bok) Inspelad föreläsning Inlämning senast 28/02 onsdag Inlämning senast 28/02 onsdag	UN: 6 + artiklar
Vecka 7 12/2 - 16/2	Eget arbete		



Vecka 8 19/2 - 23/2	Inläsning Fetter Föreläsning 4: Fetter Instuderingsfrågor 4: Fetter Diskussionsfrågor 3: Fetter (OBL)	Understanding Nutrition (bok) Inspelad föreläsning Inlämning senast 17/03 söndag Inlämning senast 17/03 söndag	UN: 5 + artiklar
Vecka 9 26/2-1/3	Eget arbete		
Vecka 10 4/3 -8/3	Inläsning Energi-metabolism Föreläsning 5: Energi-metabolism Instuderingsfrågor 5: Energi-metabolism Diskussionsfrågor 4: Energi-metabolism (OBL)	Understanding Nutrition (bok) Inspelad föreläsning Inlämning senast 07/04 söndag Inlämning senast 07/04 söndag	UN: 7 + artiklar
Vecka 11 11/3 - 15/3	Eget arbete		
Vecka 12 18/3 - 22/3	Inläsning Näringsrekommendationer Föreläsning 6: Näringsrekommendationer Instuderingsfrågor 6: Näringsrekommendationer	NNR 2023 Inspelad föreläsning Inlämning senast 31/03 söndag	NNR 2023



Preliminär Schema
Grundläggande Näringsfysiologi 7,5 hp

15 januari – 2 juni 2024

Vecka 13 25/3 - 29/3	Inläsning vitaminer Föreläsning 7 : Vitaminer Instuderingsfrågor 7: Vitaminer Diskussionsfrågor 5: Vitaminer (OBL)	Understanding Nutrition (bok) Inspelad föreläsning Inlämning senast 14/04 söndag Inlämning senast 14/04 söndag	UN: 10, 11 + artiklar
Vecka 14 1/4 - 5/4	Eget arbete (Påsklovsvecka)		
Vecka 15 8/4 - 12/4	Eget arbete		
Vecka 16 15/4 - 19/4	Inläsning mineraler Föreläsning 8 : Mineraler Instuderingsfrågor 8: Mineraler Diskussionsfrågor 6: Ekologiskt Mat (OBL)	Understanding Nutrition (bok) Inspelad föreläsning Inlämning senast 05/05 söndag Inlämning senast 05/05 söndag	UN: 12, 13 + artiklar
Vecka 17 22/4 – 26/4	Eget arbete		
Vecka 18 29/4 - 3/5	Eget arbete		



Vecka 19 6/5 - 10/5	Övningsquiz och övningstenta Eget arbete (tentamen förberedelse)	Canvas Lärplattform: Quizzes	
Vecka 20 13/5 - 17/5	Eget arbete (tentamen förberedelse)		
Vecka 21 20/5 - 24/5	Eget arbete (tentamen förberedelse)		
Vecka 22	Examination	Fredag 31 Maj 13:00 – 16:00 Plats: Flemingsberg	

Alla föreläsningar är förinspelade, inga live föreläsningar

OBL = Obligatoriska grupp-inlämningar av **Diskussiondokument** (6)

Icke-obligatoriska individuella inlämningar av **Instuderingsfrågor** (8) (svarförslag laddas upp efter varje deadline)

1. **UN: Understanding Nutrition** (Rolfes and Whitney): 15th, 14th, eller 13th edition: ISBN-13: 978-1285874340

Notera att även äldre upplagor av Understanding Nutrition kan vara relevanta för kursen.

2. **NNR: Nordic Nutrition Recommendations 2023** (2 gratis PDF, svensk sammanfattning och engelsk version (komplett))



**Karolinska
Institutet**

Preliminär Schema
Grundläggande Näringsfysiologi 7,5 hp
15 januari – 2 juni 2024

Rekommenderad litteratur

Näringslära för Högskolan (Berg, Ellegård, Larsson). Sjunde upplagan: Stockholm: Liber, [2021]: ISBN:9789147131075

Examination:

Kursen examineras i form av diskussionsuppgifter (6 grupp-inlämningar, U/G) och en skriftligt tentamen den 31e maj 2024 (U/G/VG)

Kursansvarig:

Eric Poortvliet, Dept för Biovetenskaper, NEO, Karolinska Institutet
E-post: eric.poortvliet@ki.se och via lärplattformen Canvas under kursen

Kursadministratör: Sara Bruce
E-post: sara.bruce.1@ki.se (frågor om (tidigt) avbrott, uppehåll osv.)