



### **Campus Heilpraktikerschulen**

Verwaltung und Schulleitung: Rachel Röck, Heilpraktikerin

Büro: Gumpelzhaimerstrasse 8 a

D-93049 Regensburg

Tel. 09 41 / 2 80 21 11

Fax: 09 41 / 69 89 69 50 10

Email: [kontakt@campus-hp.de](mailto:kontakt@campus-hp.de)

[www.campus-heilpraktikerschulen.de](http://www.campus-heilpraktikerschulen.de)

## **Informationsunterlagen**

### **Ernährungsberater/In**

# Ausbildung zum Ernährungsberater/In

## Grundsätzliches zur Ernährungsberatung

Als Ernährungsberater/In eignen Sie sich die Grundlagen der Ernährungslehre an, um durch präventive Beratung Menschen für eine gesunde und ausgewogene Ernährung zu sensibilisieren. Ziel ist es, die Auswirkungen und Entstehung typischer Zivilisationskrankheiten zu verhindern oder abzumildern, klientenorientiert und ganzheitlich. Dazu gehören das Wissen um die physiologischen Abläufe im Körper und ernährungsbedingte Erkrankungen sowie deren Prävention durch richtiges Essverhalten. Desweiteren lernen Sie alternative Ernährungsformen kennen.

Ihre Beratungstätigkeit richtet sich v. a. an Eltern, ernährungsbewusste Erwachsene (und solche, die es werden möchten), Sportler, Schwangere und Senioren. Ausserdem können Menschen mit ernährungsbedingten Erkrankungen, wie z. B. Übergewicht, Diabetes und Gicht, sich hilfesuchend an Sie wenden.

## Der Ausbildungskurs „Ernährungsberatung“

Sie eignen sich ein fundiertes Wissen an, um in Gruppen- oder Einzelarbeit Menschen zum Thema Ernährung zu beraten, Vorträge anzubieten und Workshops zu gestalten. Der Lehrgang bietet eine gute Grundlage für alle im Gesundheits-, Lebensmittel- oder Erziehungsbereich Tätigen, sich im Beruf weiter zu qualifizieren. Auch Menschen aus anderen Ausbildungsbereichen sind nach Abschluss der Ausbildung befähigt, im Bereich Ernährungsberatung selbständig aktiv zu werden. Der Lehrgang vermittelt dafür sowohl das notwendige Fachwissen als auch methodisch-psychologische Anleitungen für die Beratertätigkeit.

Nach der erfolgreichen Teilnahme am Seminar "Ernährungsberatung" mit abschließender Prüfung erhalten Sie ein Abschlusszertifikat „Ernährungsberater/in“.

## Zielgruppen

- Mitarbeiter ärztlicher Praxen, die Ernährungsberatung als IGeL-Leistung anbieten
- Menschen aus medizinischen Pflegeberufen oder beratenden Berufen
- Angestellte aus gesundheits- oder pädagogikorientierten Berufen (Reformhaus- oder Bioläden, Schulen und Kindergärten)
- Therapeuten, die Ihre Qualifikation ausbauen möchten (z. B. Heilpraktiker, Physiotherapeuten)
- Interessierte, die mehr über Ernährung wissen und weitergeben möchten, entweder in eigener Praxis oder Kreise der Familie und Freunde

## Ausbildungsdauer

108 Unterrichtseinheiten á 45 Minuten

Aufgeteilt auf 6 Wochenenden Sa./So. von 9.00 Uhr – 17.00 Uhr

## Kosten

**Gesamtpreis** für Ausbildung mit Prüfung und Zertifikat **1.360,00 €**

**Oder monatlich 195,00 €, Anmeldegebühr 300,00 € = gesamt 1.470,00 €**

Im Preis enthalten sind umfangreiches Skriptmaterial und Prüfungsvorbereitung.

## **Ausbildungsinhalte**

### **Anatomie und Physiologie**

- Zelle und Zellstoffwechsel
- Verdauungssystem
- Immunfunktion des Verdauungssystems
- Erkrankungen des Verdauungssystems

### **Ernährungsphysiologie**

- allgemeine Aspekte
- Nährstoffe und Stoffwechsel
- Aufbau, Funktion und Resorption der einzelnen Nahrungsbestandteile

### **Ernährungsberatung I**

- Ernährung nach den Regeln der DGE
- Ernährungshinweise für Sondergruppen
- Essstörungen
- Nahrungsmittelallergien

### **Ernährungsberatung II**

- Vollwerternährung
- Vegetarismus
- Fasten
- Diäten kontra gesundes Abnehmen

### **Ernährungsberatung III**

- Ernährung bei verschiedenen Erkrankungen
- Darmsanierung und Symbioselenkung

### **Ernährungsberatung IV**

- Ayurvedaernährung
- Fünf-Elemente-Ernährung
- Hildegard von Bingen

### **Ernährungsberatung V**

- Praxis der Ernährungsberatung
- Ernährungstagebuch

## **Kursleitung**

**Angelika Feldmeier** (Heilpraktikerin und Ernährungsberaterin)

## **Schulleitung**

Campus Heilpraktikerschulen

Gumpelzhaimerstrasse 8a

D-93049 Regensburg

Tel. 09 41 / 2 80 21 11

Fax: 01 80 5 / 233 633 44 77 8

