

# Ernährungsberater

Campus Heilpraktikerschulen



**Fachberater/in Ernährungsfragen**

# Ernährungsberater

Der Ernährungsberater ist ein qualifizierter Ansprechpartner für Patienten mit Ernährungsproblemen. Die in der Ausbildung erlernten Inhalte können Sie als Ernährungsberater in verschiedenen Einsatzbereichen an ihre Klienten weitergeben.

Unser Ausbildungsmodell soll insbesondere die Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten vermitteln, die zur eigenverantwortlichen Beratung ernährungsspezifischer Fragen notwendig sind. Sie soll zum Erstellen von Diätplänen im Rahmen von Gewichtsreduzierung sowie zur Prävention und Begleitung in Gesundheitsfragen befähigen und die Fertigkeiten für ernährungsspezifische Beratungen und Schulungen vermitteln.

Der erfolgreiche Abschluss des Präsenzkurses wird nach erfolgreicher praktischer und theoretischer Prüfung mit dem Abschlusszertifikat „**geprüfter Ernährungsberater/in**“, bestätigt. Außerdem erhalten Sie auf Wunsch ein Zeugnis, indem Ihre Leistungen in Prozentpunkten angegeben werden (z. B. der Teilnehmer hat in der Prüfung 99 % von 100 % erreicht). Die Ausbildung kann unter Umständen mit dem Bildungsgutschein bezuschusst werden.

## Grundsätzliches zum Thema „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. Des Weiteren lernen Sie alternative Ernährungsformen kennen. Ihre Beratung richtet sich z. B. an Eltern, ernährungsbewusste Erwachsene, Sportler, Schwangere und Senioren. Außerdem können Menschen mit ernährungsbedingten Erkrankungen, wie z. B. Übergewicht, Diabetes und Gicht, sich hilfesuchend an Sie wenden.

### Zielgruppen

- ☞ Mitarbeiter ärztlicher Praxen,
- ☞ Menschen aus medizinischen Pflegeberufen oder beratenden Berufen
- ☞ Angestellte aus gesundheits- oder pädagogikorientierten Berufen (Reformhaus- oder Bioläden, Schulen und Kindergärten)
- ☞ Zusatzqualifikation für Therapeuten, z. B. (Heilpraktiker, Physiotherapeuten)
- ☞ Interessierte, die Wissen weitergeben möchten, entweder in eigener Praxis oder im Kreise der Familie und Freunde

# Ausbildungsinhalte

- Grundlagen der Ernährungslehre...von der Ernährungsphysiologie bis zur Biochemie:
- Allgemeine Grundlagen und Begriffe (von BMI und Kalorie und PAL u.a.m.)
- Nährstoffe aus der Nahrung (von Vitaminen und sekundären Pflanzenstoffen)
- Aufbau, Funktion und Resorption der Nährstoffe und Nahrungsbestandteile (von den Grundnahrungsmitteln bis zu künstlichen Inhaltsstoffen und Lebensmittelzusätzen)
- Fette, Eiweiße, Kohlehydrate, Mineralstoffe, Spurenelemente, Ballaststoffe
- usw. Säure- Basen Haushalt (Alkalose, Azidose)

## Anatomie und Physiologie

- ☞ Aufbau und Funktion der Zelle, Zellstoffwechsel
- ☞ Verdauungsorgane (Aufbau und Funktionsweise des Verdauungssystems)

## Pathologie und Diätetik

- Spezifische Erkrankungen des Verdauungssystems und anderer Körpersysteme:
- Magen- Darmerkrankungen
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Stoffwechselerkrankungen (z. B. Diabetes...)
- Psychosomatik - insbesondere  
Essstörungen
  - Magersucht (Anorexia nervosa)
  - Ess-Brechsucht (Bulimie)
  - Fettsucht (Adipositas)

## Ernährungslehre I

- Ernährung nach den Regeln der DGE
- Ernährung in verschiedenen Lebensphasen (Säugling, Schwangere, Senior usw.)
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten (wenn Obst beispielsweise krank macht)

## Ernährungslehre II

- Verschiedenen Ernährungsformen (, Vegetarismus, Vollwerternährung, ...)
- Sport und Ernährung

## Ernährungslehre III

- Ernährungsbedingte Erkrankungen / Zivilisationserkrankungen im Überblick
- Prävention zu ernährungsbedingten Erkrankungen / Zivilisationserkrankungen

## Ernährungslehre IV

- Methodik / Ablauf einer kompetenten Ernährungsberatung
- Ernährungsprotokoll, Ernährungstagebuch – anfertigen und auswerten
- Erarbeitung einer Gruppenberatung

## Gewichtsreduktion

- Was steckt hinter Ernährungsphilosophien (Diäten, Metabolic Balance...)
- Hilfen zum gesunden Abnehmen (Sport, Fettreduzierung, psychologische Begleitung....)

## Ernährung und Psyche

Unbestritten sind falsche Ernährungsgewohnheiten ein Risikofaktor für viele Zivilisationskrankheiten, wie z. B. Diabetes und Bluthochdruck arterieller Hypertonie ebenso ernährungsabhängig sind. Wie sieht es nun auf dem Gebiet der psychischen Erkrankungen aus?

***"Essen und Trinken hält Leib und Seele  
zusammen"***

Diese kleine Volksweisheit deutet auf die psychologische Dimension des Essens hin. Wenn wir essen, dann nicht nur aus Hunger, sondern auch um mit Emotionen umzugehen.

Für die emotions-regulierende Wirkung von Essen spielt auch die Psyche eine wichtige Rolle. So kann das Essen Frustration lindern oder auch auf unser Belohnungssystem im Gehirn einwirken.

## Folgende Fragestellungen werden erarbeitet und geübt:

- ? Wie gehe ich das Erstgespräch an?
- ? Was ist alles bei der Anamnese zu beachten?
- ? Wie verwerte ich die ersten Informationen?
- ? Wie erstelle ich daraus einen Ernährungsplan oder einen Ablaufplan für die kommenden Beratungsgespräche?

## Psychotherapeutische Interventionsmöglichkeiten in Beratungsgesprächen

- ? Wie gestalte ich einen vertrauensvollen Rahmen während der Beratung?
- ? Wie gehe ich mit schwierigen Klienten um?
- ? Wie stütze ich den Klienten in Krisen?

## Die erfolgreiche Ernährungspraxis

- Existenzgründung (Marketing, Werbung, Produktschulung)
- Konzeption von Gruppenkursen
- Hilfsmittel zur Akquise u. a. m.

Wählen Sie aus allen zur Verfügung stehenden Modulen die für Sie passenden Module aus:

- Präsenzstudium (6 Monate mit 8 Wochenenden)
- Onlinestudium Lektionen, Unterrichtsmaterial)
  - 12 Monate (12 x Lehrfilm und Skript)
  - 6 Monate (6x Lehrfilm und Skript)

Welche Vorteile bietet das Onlinestudium?

- Sie möchten gar keine Schule besuchen und trotzdem gut in die Thematik eintauchen?
- Sie möchten die Ausbildungszeit selbst bestimmen?  
In diesem Fall können Sie an unserem Onlinestudium teilnehmen.
- Die Unterlagen erhalten Sie monatlich mit der Post. Zusätzlich besuchen Sie die Unterrichtseinheiten als Online-Video-Kurs.
- Onlinestudium 12 Monate (auf Wunsch 6 Monate) mit monatlicher Zusendung der Unterrichtsmaterialien!
- Onlinezugang zu den Unterrichtslektionen (Video) monatlich 110,00 Euro, monatlich kündbar



## Campus Heilpraktikerschulen

Tel. 09 41 / 2979595

kontakt@campus-hp.de

## Anmeldung Ausbildung Ernährungsberatung (Präsenzkurs)

\_\_\_\_\_  
Name/Vorname

\_\_\_\_\_  
PLZ/Ort

\_\_\_\_\_  
Straße Nr.

\_\_\_\_\_  
Email

\_\_\_\_\_  
IBAN

\_\_\_\_\_  
BIC

Ausbildungsort Regensburg, Beginn: \_\_\_\_\_

Ich melde mich verbindlich zur Ausbildung Ernährungsberater an. Die Anmeldegebühr ist bei Anmeldung fällig. Die Kursgebühren sind zum 1. jeden Monats fällig. Die Zahlung erfolgt per Bankeinzug. Der Veranstalter kann Kurstage wegen Krankheit oder anderen wichtigen Gründen ausfallen lassen und sie zu einem anderen Termin (nach Absprache mit der Gruppe) nachholen. Bei zu geringer Teilnehmerzahl kann der Veranstalter die Ausbildung absagen. Der Vertrag löst sich dann ohne Verpflichtungen für beide Seiten auf.

Ausbildung:                      6 Monate – 199,00 € (monatlich, Gesamt 1.592,00 €)  
   300,00 € einmalige Anmeldegebühr  
   Einmalzahlung 1.400,00 €

### Kündigung

- 1) Wir behalten uns vor, den Kurs bei zu geringer Teilnehmerzahl innerhalb der ersten 3 Monate aufzulösen (Mindestteilnehmer 10) und an die verbliebenen Studierenden die bis dahin gezahlten Kursgebühren sowie die anfangs entrichtete Einschreibgebühr zurückzuerstatten.
- 2) Es gelten weiter folgende Bestimmungen:
  - a) Der Vertrag kann mit einer Frist von 5 Monaten von beiden Seiten gekündigt werden.
  - b) Bereits geleistete Anmelde- bzw. Kursgebühren werden nicht mehr rückerstattet.
  - c) Die Kursgebühr fällt auch an, wenn der Teilnehmer nicht zum Unterricht erscheint. 3) Die Kündigung muss schriftlich erfolgen.
- 4) Kommt der Vertrag im Rahmen des Fernabsatzgesetzes zustande, haben Sie ein Widerrufsrecht von 14 Tagen. Danach ist der Vertrag rechtskräftig.

\_\_\_\_\_  
Datum/Unterschrift Teilnehmer

\_\_\_\_\_  
Datum/Unterschrift Campus HP-Schulen

Kommt der Vertrag im Rahmen des Fernabsatzgesetzes zustande haben Sie das Recht den Vertrag binnen 14 Tagen zu widerrufen. Die Frist beginnt mit Vertragsschluss. Des Weiteren gelten die AGBs, ersichtlich auf unserer Homepage.

## Anmeldung Ausbildung Ernährungsberatung (Onlinekurs)

Campus Heilpraktikerschulen

\_\_\_\_\_  
Name/Vorname

\_\_\_\_\_  
Email

\_\_\_\_\_  
PLZ/Ort

\_\_\_\_\_  
Geburtsdatum

\_\_\_\_\_  
Straße Nr.

\_\_\_\_\_  
Telefon

\_\_\_\_\_  
Gewünschter Kursbeginn

\_\_\_\_\_  
IBAN

\_\_\_\_\_  
BIC

- Studium mit den kompletten Unterrichtsmaterialien
- Unterrichtsfilme
- monatlich 110,00 Euro für den Zeitraum von 12 Monaten (220,00 Euro/6 Monate)
- auf Wunsch Einzelcoaching (25 Euro/Stunde) das Training kann per Telefon, Skype oder persönlich erfolgen (nach Terminvereinbarung)

✓ wir buchen am Monatsanfang 110,00/220,00 Euro von Ihrem Konto ab

✓ Sie erhalten die entsprechenden Unterlagen und Zugang zu den Lehrfilmen

✓ Sie erhalten Film LINKS

### 1. Ausbildungsinhalt

Ausbildungsinhalt sind die Vermittlungen von Kenntnissen, die den Teilnehmer dazu befähigen, Ernährungsberatung an Personen im präventiven Bereich anzubieten.

### 2. Kündigungsmöglichkeiten

Der Vertrag läuft 12 oder 6 Monate. Eine ordentliche Kündigung des Ausbildungsvertrages ist erstmals zum Ablauf des 6. Studienmonats für beide Seiten möglich. Danach ist eine Kündigung jeweils zum 15. eines Monats möglich. Die Kündigungsfrist beträgt 1 Monat.

### 3. Zahlungsweise

Monatlich € 110,00/220,00 zum 1. des Monats für den laufenden Monat. Der Betrag wird per Lastschrift eingezogen.

### 4. Sonderwünsche

Der Teilnehmer kann in den Präsenzkurs wechseln, wenn ausreichend Plätze frei sind. Der Teilnehmer erhält nach Ablauf der Laufzeit um weitere 6 Monate kostenlosen Zugang.

\_\_\_\_\_  
Datum/Unterschrift Teilnehmer

\_\_\_\_\_  
Datum/Unterschrift Campus

Kommt der Vertrag im Rahmen des Fernabsatzgesetzes zustande haben Sie das Recht den Vertrag binnen 14 Tagen zu widerrufen. Die Frist beginnt mit Vertragsschluss. Des Weiteren gelten die AGBs, ersichtlich auf unserer Homepage.



## **Widerrufsbelehrung**

### Widerrufsrecht:

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Frist beginnt mit Vertragsschluss.

Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie die Campus Heilpraktikerschulen, Dr.-Gessler-Str. 12 c , 93051 Regensburg, Tel.: 0941/2979595, E-Mail: kontakt@campus-hp.de, mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder e-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können das beigefügte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist.

Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

### Folgen des Widerrufs:

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Wir können die Rückzahlung verweigern, bis wir die Ihnen ausgehändigten Waren (Bücher und Unterrichtsmaterial) wieder zurückerhalten haben oder bis Sie den Nachweis erbracht haben, dass Sie die Waren zurückgesandt haben, je nachdem, welches der frühere Zeitpunkt ist.

Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistungen während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

### Widerrufsformular:

Wenn Sie den Vertrag widerrufen wollen, dann füllen Sie bitte dieses Formular aus und senden Sie es zurück.

An Campus Heilpraktikerschulen

E-Mail: kontakt@campus-hp.de

Hiermit widerrufe ich ( ) den von mir abgeschlossenen Vertrag über die Erbringung der folgenden Leistung (Erährungsberater Lehrmaterialien, Unterricht)

–Name

–Anschrift

–Datum

–Unterschrift (nur bei Mitteilung auf Papier)