



Ganzheitliche Ernährungslehre

Ernährungscoach (Zertifikat)
Dipl. Ernährungstherapeutin
Dipl. Ernährungstherapeut

Inhalt Ganzheitliche Ernährungslehre

Die Grundlagen unserer ganzheitlichen Ernährungslehre (EL) beruhen auf einem Konzept, das auf die westliche Ernährungswissenschaften der Vollwerternährung nach Koerber/Männle/Leitzmann zurückgreift.

Weitere Schwerpunkte innerhalb der Ausbildung bilden die Sichtweisen der heutigen Nahrungsmittelsituation in Verbindung mit den verschiedenen Kulturen, die typgerechte Ernährung mit Rücksicht auf Geschlecht und Alter, Aktivität und Passivität.

Schritt für Schritt für Schritt gehen wir in die Tiefe und Sie lernen vieles über verschiedene Krankheitsbilder wie Osteoporose, Neurodermitis, Allergien und Endometriose, um nur einige zu nennen. Ein Teil der Theorie wird durch die fachkundige Zubereitung von Lebens- bzw. Nahrungsmitteln während eines Projektkurses in die Praxis umgesetzt. Fallbeispiele werden in der Gruppe besprochen und im Plenum geübt, Kost- und Diätpläne anhand der Beschwerdebilder erstellt. Zur Ergänzung werden verschiedene Anwendungen aus der therapeutischen Praxis geübt.

Von weiterer Bedeutung in der Ausbildung sind die orthomolekulare Medizin, verschiedene Krankheitssymptome als Folge von Mangelerscheinung und die Diätetik unter Einbezug der Krankheitsbilder.





Stufe 1: Ernährungscoach

Die Ausbildung zum Ernährungscoach dauert zwei Jahre und beinhaltet ein fundiertes Basiswissen in westlicher Ernährungslehre und Diätetik und verschafft gleichzeitig eine Vernetzung zu Krankheitsbildern. Dieser Abschluss ermöglicht eine Coachingtätigkeit im Wellness-, Fitness- oder Vorsorgebereich sowie in Kindergärten, Schulen und Betreuungsstätten. Sie eignet sich gleichzeitig hervorragend für Menschen aus der Gastronomie, Alters- und Pflegeheimen sowie dem Familienmanagement. Diese Abschluss eignet sich ausserdem sehr gut für Menschen, die bereits eine therapeutische oder beratende Tätigkeit ausüben und die Ernährungslehre als eine wertvolle Ergänzung zur bestehenden Praxis sehen.

Stufe 2: Dipl. ErnährungstherapeutIn

Nach einem weiteren Jahr schliessen Sie die Ausbildung ab mit dem Titel Dipl. ErnährungstherapeutIn. Ergänzend wird ein Basiswissen in Psychologie, Psychosomatik und Gesprächsführung sowie Marketing und Praxismanagement. Dies ermöglicht dem angehenden Ernährungstherapeuten, das Beratergespräch mit therapeutischen Anwendungsmöglichkeiten zu kombinieren. Dieser Abschluss eignet sich für die selbstständige Tätigkeit in einer eigenen Praxis, Alters- und Pflegeheimen, Einzel- sowie Gruppenbetreuung in Firmen und sozialen Einrichtungen. Ein fundiertes medizinisches Basiswissen wird für diese Ausbildung vorausgesetzt. Dieses wird in einem separaten Lehrgang angeboten.

Das Apamed Ausbildungskonzept

Die Ausbildung zum Ernährungscoach und Dipl. ErnährungstherapeutIn richtet sich an alle Personen, die Interesse an einer individuellen Ernährung haben und ihr Wissen vertiefen und weitergeben wollen.

Anerkennungen

Nach Abschluss der Ausbildung mit dem Titel Dipl. ErnährungstherapeutIn, können Sie sich beim NVS, dem EMR oder der ASCA für die Krankenkassenabrechnung registrieren lassen. Dafür ist jedoch ein zusätzliches Pensum an Medizinischen Grundlagen notwendig sowie der Nachweis über 250 Stunden Patientenerfahrung. Letzterer ist nach Abschluss der Ausbildung zu erbringen. Wenn Sie einen reglementierten Abschluss im Gesundheitswesen haben, können Sie vom Besuch der Ausbildung Medizinische Grundlagen befreit werden.

Informationsabend und Beratungsgespräch

Sie haben die Möglichkeit, sich ein persönliches Bild über die Philosophie unserer Schule, die Ausbildungskonzepte und die schönen Räumlichkeiten der APAMED Fachschule zu machen. So können wir uns gegenseitig kennen lernen.

Die Termine zu unseren Informationsabenden sind auf www.apamed.ch.

Selbstverständlich stehen wir Ihnen immer gerne für ein persönliches Gespräch zur Verfügung, vereinbaren Sie jederzeit einen Termin mit uns.

Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Apamed Team



Überblick Module

Modul 1

- Ernährungsgeschichte, globale Ernährungssituation
- Grundlagen der Ernährungslehre. Chemie, Physiologie der Makronährstoffe
- Mikronährstoffe: Vitamine, Mineralstoffe und sekundäre Pflanzenstoffe
- Vollwert-Ernährung nach Koerber, Leitzmann, Männle
- Verschiedene Ernährungsformen: vegetarisch, vegan, Rohkost

Modul 2

- Ernährung von Anfang an: Schwangerschaft, Stillzeit, Kleinkinder
- Typisierung der Ernährung – eine Übersicht
- Ernährungspsychologie
- Säure-Basen-Haushalt
- Praxiswoche mit Einführung in die Beratung und Koch-Retreat

Modul 3

- Stressmanagement und Burnout
- Stoffwechselerkrankungen: Adipositas, Essstörungen, Diabetes
- Ernährung im Alter, in den Wechseljahren und bei Osteoporose
- Gastroenterologie: Erkrankungen des Verdauungstraktes, Intoleranzen und Zöliakie
- Praxistransfer

Modul 4

- Erkrankungen des Rheumatischen Formenkreises
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen; mediterrane Ernährung
- Ernährung bei Neurodermatitis und Allergien
- Wasser
- Maligne Erkrankungen: Prävention und Ernährungs-Therapie

Abschluss nach Modul 4: Ernährungscoach (Zertifikat)

Modul 5

- Entwicklungspsychologie und Gesprächsführung
- Aufbau der Diplomarbeit
- Östliche Ernährung – Grundlagen
- Existenzgründung
- Autoimmunerkrankungen

Modul 6

- Marketing und Praxismanagement
- Exkursion
- Ernährung bei AD(H)S und MS
- Vertiefung: Mundgesundheit, Mikrobiom
- Fastenmethoden

Abschluss nach Modul 6: Dipl. ErnährungstherapeutIn

Modul 1 und 2

Das Wissen um die Nährstoffe ist elementar wichtig, damit der Aufbau in den folgenden Modulen erfolgen kann. Die Theorie aus der Chemie wird gewürzt mit praktischen Tipps. Aus sozialer und ökologischer Sicht erweitert die Vollwert-Ernährung das Bewusstsein zur Lebensmittelauswahl. Dieses Wissen wird in verschiedenen Themen wie Ernährungsrichtungen und Säure-Basenhaushalt aufgegriffen und ergänzt. Bereits im Modul 2 wird auf die Ernährungspsychologie und Beratungskompetenz eingegangen.

Modul 3 und 4

Die Diätetik ist die Lehre der gesundheitsfördernden Lebensweise. Schon Hippokrates von Kos erkannte die Wichtigkeit der Ernährung und legte grossen Wert dieser als Teil der Gesunderhaltung. In der Pathophysiologie wird auf spezielle ernährungsbedingte Stoffwechselerkrankungen, Erkrankungen des Verdauungstrakts und Herz-Kreislauf-Erkrankungen eingegangen. All dieses Ernährungswissen wird in Praxistransfer-Tagen umgesetzt. Allgemein fördern angeleitete Gruppenübungen den Austausch und das Lernen.

Die ersten 4 Module schliessen mit einer schriftlichen Prüfung ab.

Modul 5 und 6

Weitere Bausteine im Lehrgang sind die Psychologie und Gesprächsführung. Diese sind wichtig, um das erworbene Wissen den Klienten verständlich zu vermitteln. Die Themen der Existenzgründung und Marketing unterstützen, wenn man eine eigene Praxis eröffnen will. Aktuelle Ernährungsthemen ergänzen und vertiefen das bereits Erlernete: Autoimmunerkrankungen, Endometriose, Mikrobiom, Mundgesundheit und östliche Ernährungsform.

In diesen Modulen gibt es die Informationen, um die Diplomarbeit zu erstellen. Durch diese Arbeit sammeln die Teilnehmenden Erfahrungen für die spätere Beratungstätigkeit.

Zum Erlangen des Diploms wird das Erstellen der Diplomarbeit und eine mündliche Diplomprüfung erforderlich.

Voraussetzung

Die Ausbildung setzt keine besonderen Vorkenntnisse oder Fähigkeiten voraus. Im Sinne der Erwachsenenbildung stellen Eigenverantwortung und Motivation zur aktiven Beteiligung innerhalb der Gruppe einen weiteren Aspekt zum erfolgreichen Gelingen dar. Die Bereitschaft zum Studium der Skripte und der im Rahmen der Ausbildung empfohlenen Literatur sollte vorhanden sein.

Berufsbegleitende Ausbildung

Die Ausbildung an der Apamed Fachschule ist berufsbegleitend konzipiert. Um den Teilnehmenden neben ihrer beruflichen Tätigkeit genügend Zeit für die individuelle Entwicklung und den Praxistransfer zu geben, findet der Unterricht im Schnitt einmal pro Monat statt. Dadurch lässt sich ein Arbeitspensum von 100 Stellenprozent durchaus mit der Ausbildung vereinbaren.

Allgemeine Informationen

Ausbildungsbeginn 1 x jährlich im Herbst

Kursort Apamed Fachschule, Rapperswil-Jona

Zeitlicher Aufwand

2 Jahre 406 Std. Abschluss **Ernährungscoach**

3 Jahre 597.5 Std. Abschluss **Dipl. ErnährungstherapeutIn**

Selbststudium ca. 2 - 4 Std. / Woche

Modus 1 Wochenende pro Monat

Unterrichtszeiten

Freitagnachmittag 13.15 - 18.45 Uhr

Samstag 09.15 - 17.15 Uhr

Ausbildungskosten

Ernährungscoach (Zertifikat) CHF 12'550

Dipl. ErnährungstherapeutIn CHF 5'935

Kosten total CHF 18'485

Prüfungskosten

Ernährungscoach CHF 250

Dipl. ErnährungstherapeutIn CHF 930

Zusatzkosten

Manuale / Skripte CHF 500

Hotel und Verpflegung Praxiswoche CHF ca. 500

Medizinische Grundlagen 2 CHF 4'350

Wenn Sie einen reglementierten Abschluss im Gesundheitswesen haben, können Sie vom Besuch des Medizinischen Basiswissens befreit werden.

Nothilfe (BLS-AED-SRC) (Tronc Commun MG 1) CHF 140

Zulassungsberechtigung EMR, ASCA, NVS

Unser Fachteam Ernährungslehre



Noemi Koch-Cadosi
Ausbildungsleiterin
Ernährungs- und Gesundheitsberaterin, Ausbilderin mit eidg. Fachausweis



Daniela Kaufmann
Dipl. hol. Kinesiologin mit Branchenzertifikat OdA KT, Brain Gym Instruktorin, Sprachlehrerin HF, Feng Shui Beraterin



Erica Bänziger
Dipl. Ernährungsberaterin HF, Dipl. Gesundheitsberaterin, Erwachsenenbildnerin SVEB I, Fachbuchautorin



Michèle Jaggi
Naturheilpraktikerin TEN, Erwachsenenbildnerin SVEB I



Lea Beck
Dipl. Pflegefachfrau HF, Ganzheitliche Ernährungsberaterin, Grundausbildung in Transaktionsanalyse, Ausbilderin SVEB 1



Dr. Ute Konopka
Dr. rer. nat. Lebensmittelchemie TU München, Patentmanager, IP Coaching und Schulung, Dozentin an der HSR Rapperswil-Jona



Arlette Boller Berger
Ausbildung zur dipl. Ernährungsberaterin FH an der Berner Fachhochschule Gesundheit, Erwachsenenbildnerin SVEB I, Teilabschluss zum eidg. Fachausweis Ausbilderin, Fachberaterin Orthomolekular Medizin an der Burgerstein Foundation



Matthias Mend
Unternehmer, Referent, Coach



Stefanie Sprecher
Dipl. Ernährungsberaterin HF



**Wählen Sie
aus über 120
Seminaren
jährlich.**

Seminarprogramm

Nach der Ausbildung ist vor der Weiterbildung.

Das Seminarprogramm wurde entwickelt, um Ihnen auch nach der Ausbildung eine breite Palette von Werkzeugen und Wissen zu vermitteln. Sie können sowohl einzelne Methoden vertieft erlernen oder mit neuen Tools das bestehende Repertoire erweitern.

www.apamed.ch



Apamed GmbH
Fachschule

Bühlstrasse 1
CH-8645 Jona

Tel. +41 55 210 27 00
Fax +41 55 210 34 00

info@apamed.ch
www.apamed.ch