



Ernährung

Mit Lehrgängen aus diesem Fachbereich erlangen Sie das Wissen und die Fähigkeiten präventive Ernährungsberatungen und -betreuungen für unterschiedliche Zielgruppen durchzuführen und Kunden bei ihrer individuellen Zielerreichung zu unterstützen.



BSA-Akademie
Prävention, Fitness, Gesundheit
School for Health Management

Fachbereich Ernährung

Einzel- und Kombinationslehrgänge

Basisqualifikationen



Qualifikationsstufe 2
Einzellehrgänge

Ernährungstrainer/in-B-Lizenz
s. 70

Ernährungstrainer/in-B-Lizenz
s. 70

Existenzgründung **NEU**
s. 47

Aufbauqualifikationen



Qualifikationsstufe 3
Einzellehrgänge

Berater/in für
Gewichtsmanagement s. 71

Berater/in für Sporternährung
s. 72

Berater/in für
Gewichtsmanagement s. 71

Berater/in für Sporternährung
s. 72

Ernährungscoach s. 73

Berater/in für Lebensmittel-
kunde und -management s. 74

Ernährungscoach s. 73

Berater/in für Lebensmittel-
kunde und -management s. 74

Profiquifikationen



Qualifikationsstufe 4
Kombinationslehrgänge

Die Abschlüsse bestehen
aus den dargestellten
Basis- und Aufbauqualifikationen.

Lehrer/in für Ernährung s. 75

Ernährungsberater/in BSA **NEU**
s. 77

Fachwirt-/Meister- qualifikationen



Qualifikationsstufe 5/6
Kombinationslehrgänge

Beschreibung der
Fachwirtqualifikationen
siehe S. 6

Fitnessfachwirt/in
s. 10

Fachwirt/in für Prävention
und Gesundheitsförderung
s. 14

Ernährungstrainer/in-B-Lizenz

Sie erhalten fundiertes Basiswissen im Bereich Ernährung und beraten bzw. betreuen Kunden zu einer präventiv-orientierten und bedarfsgerechten Ernährung. Sie analysieren und optimieren das Ernährungsverhalten und somit auch den Gesundheitszustand Ihrer Kunden.



Lehrgangsziel

Der Lehrgang „Ernährungstrainer/in-B-Lizenz“ qualifiziert die Teilnehmer zur Planung und Durchführung einer Ernährungsbetreuung im primärpräventiven Bereich. Die Lehrgangsteilnehmer sind in der Lage, den Ernährungszustand zu analysieren und daraus abgeleitet, die Ernährungsweise zu optimieren bzw. individuelle Ernährungspläne gemäß den vereinbarten Zielen zu erstellen. Der Lehrgang vermittelt das notwendige Fachwissen, um grundlegende Fragen einer gesundheitsbewussten Ernährung kompetent zu beantworten sowie fundierte Ernährungsempfehlungen zur Gewichtsregulation zu geben. Mit diesen umfassenden Kenntnissen erlangen die Lehrgangsteilnehmer die Fähigkeit, Kunden im Rahmen einer bedarfsgerechten Ernährung gezielt zu beraten und zu betreuen.

Qualifikationsstufe

Stufe 2 Trainerregister; Basisqualifikation

Zielgruppe/Vorbildung

Der Lehrgang richtet sich an Interessenten, die eine Basisqualifikation mit fundamentalen Kenntnissen und Fähigkeiten zur präventiv-orientierten und bedarfsgerechten Ernährungsbetreuung absolvieren oder ihre eigene Ernährung optimieren wollen.

Die Teilnahme an dem Lehrgang setzt praktische und/oder theoretische Vorkenntnisse im Themengebiet voraus.

Beschreibung

Die Basisqualifikation „Ernährungstrainer/in-B-Lizenz“ dient als optimaler Einstieg in den Bereich der Ernährungsbetreuung und eignet sich z. B. für alle Betreuer oder Trainer im Bereich Prävention, Fitness und Gesundheit. In diesem Lehrgang werden vor allem grundlegende Fragestellungen behandelt, aber auch Einblicke in vertiefende bzw. weitere Ernährungsthemen gegeben. Der Lehrgang befähigt die Lehrgangsteilnehmer, Kunden hinsichtlich einer gesundheitsbewussten und bedarfsgerechten Ernährung sowie der Gewichtsregulation fachlich kompetent und professionell zu betreuen. Die Inhalte orientieren sich an aktuellen ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen und vermitteln ein breites Basiswissen aus den Bereichen Anatomie, Physiologie sowie flankierendes Basiswissen im Bereich ernährungsabhängiger Erkrankungen. Für die Umsetzung wertvoller Ernährungstipps in die Praxis werden neben dem Aufbau und Ablauf einer Ernährungsbetreuung und der Erhebung sowie Bewertung der anthropometrischen Daten auch typische Fallbeispiele aus der Ernährungsberatung im Fitness-Studio bearbeitet. Der Lehrgang „Ernährungstrainer/in-B-Lizenz“ ist die Basis für alle weiterqualifizierenden Lehrgänge im Bereich Ernährung.

Empfohlene Weiterbildungen

(Ergänzend zu dem hier beschriebenen Lehrgang)

- Fitnesstrainer/in-B-Lizenz
- Berater/in für Stressmanagement
- Kommunikationstrainer/in

Lehrgangsinhalte

(Auszug aus den Lehrgangsinhalten. Die vollständigen Beschreibungen finden Sie im Internet.)

1. Anatomische/physiolog. Grundlagen
 - Verdauung und Resorption
 - Energiebedarf und Energieumsatz
2. Ernährungsphysiologische Grundlagen
 - Makro- und Mikronährstoffe
 - Grundlagen der Stoffwechselregulation
3. Ernährungszustand
 - Erhebung und Bewertung biometrischer Daten
4. Ernährungserhebung
 - Methoden der Ernährungserhebung
 - Ernährungsanalyse, Nährwertberechnung
5. Ernährungsempfehlungen
 - Nationale und internationale Nährstoffempfehlungen
6. Gewichtsregulation
 - Klassifizierung, Ursachen und Folgen
 - Ernährungsstrategien zur Gewichtsreduktion bzw. -zunahme
7. Ernährung bei Erkrankungen
 - Metabolisches Syndrom
 - Lebensmittelunverträglichkeiten
 - Ernährungsstrategien zur Prävention
8. Vergleich verschiedener Ernährungsformen



Abschluss

Ernährungstrainer/in-B-Lizenz

Anerkennung

Staatlich geprüft und zugelassen
ZFU-Nr. 729292

Dauer

3 Monate mit 4 Tagen Präsenzphase

Gebühr

- 1.198,00 EUR; 2 Raten zu je 599,00 EUR
- oder monatlich 146,00 EUR bei 9 Raten; Gesamt: 1.314,00 EUR

Preisvorteil nutzen: bis zu 20 % (S. 138)

Förderung möglich (S. 138)

Termine

- QR-Code scannen
- Terminheft oder Internet
bsa-akademie.de/termine



Prüfung

Zulassung

Teilnahme an der Präsenzphase

Art

Klausur

Berater/in für Gewichtsmanagement

Sie unterstützen und leiten Ihre Kunden beim Erreichen ihrer individuellen Ziele und Wünsche im Ernährungsbereich an. Die vermittelten Kenntnisse befähigen Sie zur erfolgreichen Beratung einer Gewichtsreduktion, Gewichtsstabilisierung sowie einer Gewichtszunahme.



Lehrgangsziel

Die Teilnehmer des Lehrgangs werden befähigt, allgemeine Informationsgespräche und fachspezifische Beratungsgespräche zum Thema Gewichtsmanagement zu führen. Ebenfalls erlernen sie, eine individuelle an die Ziele und Wünsche des Kunden angepasste Ernährung zu planen und zu kontrollieren. Zudem wird vermittelt, wie sie Stoffwechsellanpassungen und Abwehrmechanismen in der Praxis der Ernährungsberatung erkennen und verbessern. Die Lehrgangsteilnehmer beherrschen die Anwendung mentaler Strategien zum langfristigen Gewichtsmanagement. Auch Beratungsgespräche zum Einsatz von Nahrungsergänzungen als Unterstützung der Gewichtsregulierung können geführt werden. Der Lehrgang qualifiziert die Teilnehmer außerdem für die Auswahl geeigneter Software zur Ernährungsberatung.

Qualifikationsstufe

Stufe 3 Trainerregister; Aufbauqualifikation

Zielgruppe/Vorbildung

Der Lehrgang richtet sich an Personen, die die „Ernährungstrainer/in-B-Lizenz“ und insgesamt eine mindestens einjährige Berufspraxis oder die eine mindestens dreijährige Berufspraxis vorweisen können. Zugelassen werden kann auch, wer durch Vorlage von Zeugnissen oder auf andere Weise glaubhaft macht, dass Fertigkeiten, Kenntnisse und Fähigkeiten erworben worden sind, die eine Zulassung rechtfertigen.

Beschreibung

Die Zahl der Übergewichtigen nimmt in der Bevölkerung seit Jahren zu. Parallel dazu wächst das Interesse an Fragen zur Ernährung. Dementsprechend hoch ist auch der Bedarf an qualifizierten Beratern im Ernährungssektor speziell bei der Gewichtsreduktion. Im Rahmen des Lehrgangs „Berater/in für Gewichtsmanagement“ werden umfassende Fertigkeiten zu den Themen Gewichtszunahme, -reduktion und -stabilisierung vermittelt. Es werden spezifische Fähigkeiten über physiologische Prozesse beim Gewichtsmanagement erarbeitet, um darauf aufbauend Maßnahmen der Ernährungsgestaltung sowie mentale Strategien darzustellen, die sich zur erfolgreichen und dauerhaften Gewichtsregulation bewährt haben. Als Grundlage für eine fachlich kompetente und professionelle Betreuung wird ein breit gefächertes theoretisches Wissen vermittelt. Die praktische Anwendung des Fachwissens wird anhand von Fallbeispielen und der Erstellung von Ernährungsplänen eingeübt. Die Teilnehmer des Lehrgangs können als selbstständiger Berater fungieren oder eine Tätigkeit als Angestellter in der Fitness-, Freizeit- und Gesundheitsbranche ausüben.

Empfohlene Weiterbildungen

(Ergänzend zu dem hier beschriebenen Lehrgang)

- Mental Coach
- Gesundheitstrainer/in
- Marketingmanager/in

Lehrgangsinhalte

(Auszug aus den Lehrgangsinhalten. Die vollständigen Beschreibungen finden Sie im Internet.)

1. Übergewicht und Adipositas
 - Ursachen und Folgen
 - Strategien zur Gewichtsreduktion
2. Stoffwechsellanpassungen und Reduktionsdiäten
 - Abwehrmechanismen des Körpers
 - Verschiedene Reduktionsdiäten
3. Anforderungen und Qualitätskriterien im Bereich Gewichtsreduktion
 - Allgemeine Anforderungen
 - Qualitätskriterien
4. Bedeutung der Gewichtsreduktion
 - Vor-/Nachteile der Gewichtsreduktion
5. Gewichtserhalt
 - Maßnahmen
 - Scheitern beim Halten des Gewichts
6. Gewichtsreduktion bzw. -erhalt bei Kindern und Jugendlichen
 - Maßnahmen zur Gewichtsreduktion bzw. zum Gewichtserhalt
7. Nahrungsergänzungen und diätetische Lebensmittel in der Gewichtsreduktion
 - Rechtliche Aspekte/Verordnungen
8. Mangelernährung, Untergewicht und Gewichtszunahme
 - Ursachen und Folgen
 - Strategien zur Gewichtszunahme



Abschluss

Berater/in für Gewichtsmanagement

Anerkennung

Staatlich geprüft und zugelassen
ZFU-Nr. 7175107

Dauer

3 Monate mit 3 Tagen Präsenzphase

Gebühr

- 898,00 EUR in 1 Rate
- oder monatlich 164,00 EUR bei 6 Raten; Gesamt: 984,00 EUR

Preisvorteil nutzen: bis zu 20 % (S. 138)

Förderung möglich (S. 138)

Termine

- QR-Code scannen
- Terminheft oder Internet bsa-akademie.de/termine



Prüfung

Zulassung

Teilnahme an der Präsenzphase

Art

Hausarbeit

Berater/in für Sporternährung

Sie beraten Sportler aus Ausdauer-, Spiel- und Kraftsportarten hinsichtlich einer sportartgerechten Ernährung zur optimalen Leistung im Training und Wettkampf sowie zur Regeneration. Dabei werden sowohl die Belange von Breiten- als auch von Leistungssportlern berücksichtigt.



Lehrgangsziel

Der Lehrgang „Berater/in für Sporternährung“ qualifiziert die Teilnehmer, die Ernährung von Sportlern unterschiedlichster Disziplinen zu gestalten und zu optimieren. Basierend auf physiologischen und biochemischen Grundlagen werden die Teilnehmer befähigt, die Ernährung von Sportlern zu erfassen und zu bewerten sowie anschließend bezüglich der verschiedenen Trainingsphasen und Trainingsziele im Saisonverlauf bedarfsgerecht anzupassen. In diesem Zusammenhang sind die Teilnehmer in der Lage, Leistungssportler hinsichtlich der Ernährung optimal auf einen Wettkampf vorzubereiten sowie Freizeit- und Fitnesssportler bei der Erreichung ihrer persönlichen Ziele zu unterstützen.

Qualifikationsstufe

Stufe 3 Trainerregister; Aufbauqualifikation

Zielgruppe/Vorbildung

Der Lehrgang richtet sich an Personen, die die „Ernährungstrainer/in-B-Lizenz“ vorweisen können.

Zugelassen werden kann auch, wer durch Vorlage von Zeugnissen oder auf andere Weise glaubhaft macht, dass Fertigkeiten, Kenntnisse und Fähigkeiten erworben worden sind, die eine Zulassung rechtfertigen.

Beschreibung

Schwerpunkt der Sporternährung ist die Förderung und Unterstützung der physiologischen Leistungsfähigkeit und Regeneration sowie der positiven Beeinflussung der Körperzusammensetzung durch eine bedarfs- und sportartgerechte Ernährung. Der Lehrgang „Berater/in für Sporternährung“ eignet sich für alle, die z. B. Ausdauer-, Spiel- oder Kraftsportler betreuen und in diesem Rahmen die Ernährung der Athleten optimieren wollen. Dazu werden den Lehrgangsteilnehmern wichtige Grundlagen zur sportartspezifischen Leistungsphysiologie und Ernährung vermittelt, wobei die unterschiedlichen Trainingsphasen im Saisonverlauf sowie die unmittelbare Ernährung vor, während und nach einem Wettkampf in den verschiedenen Sportartdisziplinen berücksichtigt werden. In diesem Zusammenhang wird erläutert, wann und warum verschiedene Ernährungsstrategien notwendig, sinnvoll oder ungünstig sind, um eine optimale Anpassung des Organismus an die Trainingsreize zu gewährleisten. Darüber hinaus werden spezielle Aspekte wie z. B. Ermüdung, Übertraining und Nährstoffdefizite oder der Einsatz von Nahrungsergänzungsmitteln und/oder einzelner Nährstoffe behandelt. Das theoretische Wissen wird anhand von Fallbeispielen in die Praxis übertragen und angewendet.

Empfohlene Weiterbildungen

(Ergänzend zu dem hier beschriebenen Lehrgang)

- Fitnesstrainer/in-A-Lizenz
- Athletiktrainer/in
- Mental Coach

Lehrgangsinhalte

(Auszug aus den Lehrgangsinhalten. Die vollständigen Beschreibungen finden Sie im Internet.)

1. Physiologische/biochemische Grundlagen
 - Hormonsystem, Enzyme
2. Energiestoffwechsel
 - Nährstoffabbau, Energiebereitstellung
 - Makronährstoffwechsel
3. Ernährungsempfehlungen im Sport
 - Allgemeine Ernährungsempfehlungen
 - Kohlenhydratbetonte vs. kohlenhydratreduzierte Ernährung und körperliche Leistungsfähigkeit
 - Trainingsphasen und Ernährung
4. Sportartspezifische Ernährung
 - Kraft- und Schnellkraftsportarten
 - Ausdauersportarten
 - Spiel- und Kampfsportarten
5. Nahrungsergänzungen, diätetische Lebensmittel und Supplements
 - Vor-/Nachteile der Supplementierung
 - Wirkungsweise ausgewählter Beispiele
6. Ermüdung im Sport
 - Periphere Ermüdung
 - Zentrale Ermüdung
7. Ergänzende Inhalte
 - Vegetarische Ernährung im Sport
 - Sport unter extremen klimatischen Bedingungen
 - Nährstoffdefizite im Sport
 - Übertraining und Infektanfälligkeit im Sport



Abschluss

Berater/in für Sporternährung

Anerkennung

Staatlich geprüft und zugelassen
ZFU-Nr. 7176307

Dauer

3 Monate mit 3 Tagen Präsenzphase

Gebühr

- 898,00 EUR in 1 Rate
- oder monatlich 164,00 EUR bei 6 Raten; Gesamt: 984,00 EUR

Preisvorteil nutzen: bis zu 20 % (S. 138)

Förderung möglich (S. 138)

Termine

- QR-Code scannen
- Terminheft oder Internet bsa-akademie.de/termine

Prüfung

Zulassung

Teilnahme an der Präsenzphase

Art

Klausur





Sie bieten Ernährungsberatung methodisch-didaktisch fundiert und kundenorientiert für spezielle Zielgruppen wie z. B. Schwangere, Kinder und Senioren an. Zur erfolgreichen Zielerreichung beraten Sie motivierend und unterstützend, u. a. durch die Anwendung psychologischer Strategien.

Lehrgangsziel

Der Lehrgang „Ernährungscoach“ vermittelt fundierte Fachkenntnisse zu den organisatorischen Rahmenbedingungen einer Ernährungsberatung und zur bedarfsgerechten Ernährungsbetreuung von zum Beispiel Schwangeren, Stillenden, Kindern und Senioren. Der Lehrgang dient dazu, das Ernährungswissen für die Beratung spezifischer Zielgruppen zu erweitern und neue Marktpotenziale zu erschließen. Durch die Anwendung psychologischer Strategien erhält der Teilnehmer Fertigkeiten, um die Kunden bei der Erreichung ihrer Ziele zu motivieren und zu unterstützen.

Qualifikationsstufe

Stufe 3 Trainerregister; Aufbauqualifikation

Zielgruppe/Vorbildung

Der Lehrgang richtet sich an Personen, die

- die „Ernährungstrainer/in-B-Lizenz“
- und möglichst eine mehrmonatige praktische Erfahrung im Bereich der Ernährungsbetreuung vorweisen können.

Zugelassen werden kann auch, wer durch Vorlage von Zeugnissen oder auf andere Weise glaubhaft macht, dass Fertigkeiten, Kenntnisse und Fähigkeiten erworben worden sind, die eine Zulassung rechtfertigen.

Beschreibung

Diese Aufbauqualifikation rundet die Fachkenntnisse im Bereich Ernährung durch Inhalte zur Ernährungsplanung bei verschiedenen Altersgruppen sowie bei Schwangeren und Stillenden ab. Es werden Ernährungsempfehlungen unter Berücksichtigung physiologischer Besonderheiten bzw. altersspezifischer Ernährungsverhaltensweisen gegeben sowie die bedarfsgerechte Ernährung von Kindern und Jugendlichen aufgezeigt. Daneben werden im Lehrgang Tipps bzw. Strategien zum optimalen methodischen und didaktischen Vorgehen wie auch zur Umsetzung des Wissens in die tägliche Praxis, sei es klientenzentrierte Einzelberatung, Gruppenkurskonzept, Seminar oder Vortrag, vermittelt. In der Ernährungsberatung/-betreuung spielt die langfristige Verhaltensänderung eine große Rolle. Daher werden im Lehrgang sowohl psychologische Grundlagen als auch Maßnahmen zur Verhaltensänderung dargestellt. Auch der Umgang mit Rückfällen in alte Verhaltensmuster stellt ein wichtiges Thema bei der Betreuung dar. Neben Kenntnissen in rechtlichen Grundlagen, Hinweisen zur Angebotsgestaltung sowie der Darstellung möglicher Kooperationsmodelle in der Ernährungsberatung werden auch spezielle Kostformen vorgestellt und diskutiert.

Empfohlene Weiterbildungen

(Ergänzend zu dem hier beschriebenen Lehrgang)

- Kursleiter/in Fit durch die Schwangerschaft
- Kursleiter/in Senioren
- Kursleiter/in Fit Kids

Lehrgangsinhalte

(Auszug aus den Lehrgangsinhalten. Die vollständigen Beschreibungen finden Sie im Internet.)

1. Rechtliche Grundlagen der Ernährungsberatung
 - Rechtliche Rahmenbedingungen
 - Aufgaben und Tätigkeitsbereiche
 - Existenzgründung
2. Praktische Ernährungsberatung
 - Psychologische Strategien zur Verhaltensänderung
 - Arten der Ernährungsberatung
 - Aufbau einer Beratung
 - Kommunikation im Beratungsgespräch
 - Bedeutung des Beraters
3. Kurskonzepte in der Ernährung
 - Kennzeichen eines Kurskonzepts
 - Ablauf eines Kurskonzepts
4. Seminare, Vorträge und Gruppenveranstaltungen
 - Vorgehensweise und Materialsammlung
 - Präsentationstechniken und Rhetorik
5. Zielgruppenspezifische Ernährung
 - Schwangere und Stillende
 - Säuglinge, Kinder und Jugendliche
 - Senioren
6. Vergleich verschiedener Ernährungsformen
 - DGE vs. LOGI vs. Vegetarismus
 - Ernährung in Abhängigkeit der Region
 - Ernährung in Abhängigkeit der Religion



Abschluss

Ernährungscoach

Anerkennung

Staatlich geprüft und zugelassen
ZFU-Nr. 7177007

Dauer

3 Monate mit 3 Tagen Präsenzphase

Gebühr

- 898,00 EUR in 1 Rate
- oder monatlich 164,00 EUR bei 6 Raten; Gesamt: 984,00 EUR

Preisvorteil nutzen: bis zu 20 % (S. 138)
Förderung möglich (S. 138)

Termine

- QR-Code scannen
- Terminheft oder Internet
bsa-akademie.de/termine



Prüfung

Zulassung

Teilnahme an der Präsenzphase

Art

Klausur

Berater/in für Lebensmittelkunde und Lebensmittelmanagement

Sie beraten Kunden, die ihre Ernährung unter den Gesichtspunkten Gesundheit, Umweltschutz und Ethik optimieren möchten. Sie analysieren die Verkaufstricks im Handel und erlernen den korrekten Umgang mit Lebensmitteln unter bspw. toxikologischen und ökologischen Aspekten.



Lehrgangsziel

Der Lehrgang qualifiziert die Teilnehmer im Fachbereich Lebensmittelkunde und Verbraucherschutz zum anforderungsgerechten Umgang mit Lebensmitteln. Sie sind in der Lage, Einkauf, Lagerung, Verarbeitung und Entsorgung hinsichtlich technologischer, rechtlicher, ökologischer, sensorischer, hygienischer, toxikologischer und ethischer Aspekte zu bewerten und mit geeigneten Maßnahmen zu optimieren.

Qualifikationsstufe

Stufe 3 Trainerregister; Aufbauqualifikation

Zielgruppe/Vorbildung

Der Lehrgang richtet sich an Fachkräfte und Dienstleister aus der Gesundheits- und Ernährungsberatungsbranche, die

- die „Ernährungstrainer/in-B-Lizenz“ und insgesamt eine mindestens einjährige Berufspraxis oder
- eine mindestens dreijährige Berufspraxis vorweisen können.

Zugelassen werden kann auch, wer durch Vorlage von Zeugnissen oder auf andere Weise Kenntnisse, Fertigkeiten und Erfahrungen bzw. eine vergleichbare Qualifikation glaubhaft nachweisen kann, die die Zulassung rechtfertigen.

Beschreibung

Der Lehrgang vermittelt den Teilnehmern grundlegende Kenntnisse über die Beschaffenheit und den Umgang mit Lebensmitteln. Es werden wichtige technologische, rechtliche, toxikologische, sensorische und hygienische Einflussgrößen beschrieben, welche die Qualität der Lebensmittel und somit deren Nähr- und Gesundheitswert beeinflussen. Darüber hinausgehend erfolgt die Darstellung der Wechselwirkungen zwischen der Lebensmittelbranche und dem Einkaufsverhalten der Verbraucher sowie ökonomischen, ökologischen und ethischen Aspekten.

Das vermittelte Wissen dient der Ableitung von Dienstleistungen, die ergänzend zur Ernährungs- und Gesundheitsberatung angeboten werden. Daraus ergibt sich ein Spektrum an Maßnahmen, das bisher im Dienstleistungsbereich vernachlässigt wurde. Auf diese Weise wird es zudem möglich, die neue Zielgruppe des verunsicherten und verantwortungsbewussten Verbrauchers anzusprechen, dessen Aufklärungsbedarf als ständig größer werdend beschrieben wird.

Empfohlene Weiterbildungen

(Ergänzend zu dem hier beschriebenen Lehrgang)

- Lehrer/in für Ernährung
- Lehrer/in für Prävention und Gesundheitsförderung
- BSA-Personal-Trainer-Zertifikat

Lehrgangsinhalte

(Auszug aus den Lehrgangsinhalten. Die vollständigen Beschreibungen finden Sie im Internet.)

1. Verbraucherschutz u. Ernährungsberatung
 - Aufklärungsbedarf des Verbrauchers
2. Lebensmittelrecht
 - Verordnungen und Gesetze
3. Technologische Aspekte
 - Vorbereitung, Zubereitung und Lagerung von Lebensmitteln
4. Toxikologische Aspekte
 - Zusatzstoffe, Pestizide, Stoffe aus Verpackungsmaterialien
5. Hygienische Aspekte
 - Lebensmittelverderb und -hygiene
6. Sensorische Aspekte
 - Sensorikprüfung, sensorische Kaschierung
7. Ökologische Aspekte
 - Bio-Produkte, Klimawandel und Verpackungsmüll
8. Ethische und soziale Aspekte
 - Kinderlebensmittel, Gentechnik, Bio-Patente, Tierschutz
9. Eigenschaften von Lebensmitteln
 - Herstellung, Zusammensetzung, Nährwert und Qualität
10. Ableitung von Dienstleistungen
 - Erweiterung des Leistungsspektrums



Abschluss

Berater/in für Lebensmittelkunde und Lebensmittelmanagement

Anerkennung

Staatlich geprüft und zugelassen
ZFU-Nr. 7283814

Dauer

3 Monate mit 3 Tagen Präsenzphase

Gebühr

- 898,00 EUR in 1 Rate
- oder monatlich 164,00 EUR bei 6 Raten; Gesamt: 984,00 EUR

Preisvorteil nutzen: bis zu 20 % (S. 138)

Förderung möglich (S. 138)

Termine

- QR-Code scannen
- Terminheft oder Internet bsa-akademie.de/termine

Prüfung

Zulassung

Teilnahme an der Präsenzphase

Art

Klausur





Sie erwerben eine umfassende Qualifikation für die Beratung und Betreuung von Einzelpersonen und Gruppen zur bedarfsgerechten Ernährung. Sie führen Ernährungseminare für verschiedene Zielgruppen durch und sind Ansprechpartner in allen Fragen der Ernährung.

Lehrgangsziel

Der Lehrgang qualifiziert die Teilnehmer für eine umfassende bedarfsgerechte Betreuung von Einzelpersonen und Gruppen mit primärpräventiven Ernährungszielen, auch hinsichtlich technologischer, rechtlicher, ökologischer, sensorischer, toxikologischer und ethischer Aspekte. Die Teilnehmer des Lehrgangs sind in der Lage, alle Maßnahmen für eine Ernährungsberatung/-betreuung kompetent zu planen und durchzuführen. Auch die Analyse und Optimierung sportartspezifischer und zielgruppengerechter Ernährung gehört zu den Zielen des Lehrgangs. Darüber hinaus erlangen die Lehrgangsteilnehmer die Fähigkeit, Ernährungsvorträge, -seminare bzw. -schulungen didaktisch und methodisch vorzubereiten und zu präsentieren.

Qualifikationsstufe

Stufe 4 Trainerregister; Profiquifikation

Zielgruppe/Vorbildung

Als Zielgruppe kommen für diesen Lehrgang Personen infrage, die bereits in einer Fitness- oder anderen Gesundheitseinrichtung (z. B. Sportverein, Verbraucherzentrale, Ernährungsberatungspraxis, Wellness-Hotel) beschäftigt sind. Aber auch für Personen aus bewegungsbezogenen (z. B. Fitnessfachwirte, Diplomsporthelehrer) sowie aus medizinischen Berufen, die ihr Wissen und ihr Dienstleistungsspektrum im Bereich Ernährung erweitern möchten, ist dieser Lehrgang sinnvoll (siehe Vorbildungen der Einzellehrgänge).

Beschreibung

Der Lehrgang setzt sich aus fünf Lehrgangmodulen (wie in der rechten Spalte beschrieben) zusammen.

In der Profiquifikation werden neben fundierten anatomischen und (ernährungs-)physiologischen Inhalten auch grundlegende psychologische und pädagogische Fähigkeiten geschult. Dadurch wird das Anforderungsprofil eines kompetenten Ernährungsspezialisten erfüllt. Neben der anwendungsorientierten Vermittlung verschiedener Präsentations- und Vortragsmedien sowie dem Aufbau einer Einzel- und Gruppenernährungsberatung können im Bereich der präventiv-orientierten Ernährungsberatung auch Empfehlungen zielgruppenspezifisch unter Berücksichtigung physiologischer Besonderheiten, z. B. bei Schwangeren, Stillenden, Sportlern und Senioren gegeben werden. Zudem werden die Grundlagen der Stoffwechselphysiologie, die u. a. für das Gewichtsmanagement wichtig sind, ebenso wie die sportartspezifischen Belastungsanforderungen vermittelt.

Empfohlene Weiterbildungen

(Ergänzend zu dem hier beschriebenen Lehrgang)

- Fitnesstrainer/in-B-Lizenz
- Mentaltrainer/in-B-Lizenz
- BSA-Personal-Trainer-Zertifikat

Lehrgangsinhalte

(Auszug aus den Lehrgangsinhalten. Die vollständigen Beschreibungen finden Sie im Internet.)

1. Ernährungstrainer/in-B-Lizenz
2. Berater/in für Gewichtsmanagement
3. Berater/in für Sporternährung
4. Ernährungscoach
5. Berater/in für Lebensmittelkunde und Lebensmittelmanagement



Abschluss

Lehrer/in für Ernährung

Anerkennung

Staatlich geprüft und zugelassen
ZFU-Nr. 7182908

Dauer

9 Monate mit 16 Tagen Präsenzphase
1 Tag Lehrerprüfung

Gebühr

- 3.796,00 EUR; 4 Raten zu je 949,00 EUR
- oder monatlich 332,00 EUR bei 12 Raten; Gesamt: 3.984,00 EUR

Preisvorteil nutzen: bis zu 20 % (S. 138)
Förderung möglich (S. 138)

Termine

- QR-Code scannen
- Terminheft oder Internet
bsa-akademie.de/termine



Prüfung

Zulassung

- Teilnahme an den Präsenzphasen
- eine Prüfungsleistung der Basisqualifikation
- zwei Prüfungsleistungen der Aufbauqualifikationen

Art

Klausur und mündliche Prüfung



**NEU**

Ernährungsberater/in BSA

Als Lehrgangsteilnehmer erwerben Sie sowohl Kompetenzen für eine zielgruppenspezifische Ernährungsberatung und -betreuung als auch Kompetenzen zur erfolgreichen Gründung Ihres eigenen Unternehmens in der professionellen Ernährungsberatung.

Lehrgangsziel

Der Lehrgang qualifiziert die Teilnehmer zur professionellen Durchführung einer umfassenden primär- und sekundärpräventiven sowie zielgruppenspezifischen Ernährungsberatung und -betreuung. Die Teilnehmer sind in der Lage, das Ernährungsverhalten ihrer Kunden zu analysieren, zu bewerten, anzupassen sowie gezielte Empfehlungen und Maßnahmen zu treffen und durchzuführen, um das individuelle Ernährungsverhalten ihrer Kunden zu optimieren. Darüber hinaus verfügen die Teilnehmer über Kompetenzen, um erfolgreich eine selbstständige Tätigkeit als Ernährungsberater/in zu planen, zu organisieren und auf dem Markt zu etablieren.

Qualifikationsstufe

Stufe 4 Trainerregister, Profiquifikation

Zielgruppe/Vorbildung

Als Zielgruppe kommen für diesen Lehrgang Personen infrage, die eine selbstständige Tätigkeit als Ernährungsberater/in anstreben. Weiter spricht dieser Lehrgang Trainer an, die sich im Bewegungsmarkt bereits etabliert haben und ihr Angebotspektrum erweitern möchten.

Informationen zu den Vorbildungen sind den Einzellahrgängen zu entnehmen.

Beschreibung

Der Lehrgang setzt sich aus den Lehrgangsmodulen des/der „Lehrer/in für Ernährung“ und dem Lehrgang „Existenzgründung“ zusammen.

In der Profiquifikation werden neben ernährungsphysiologischen Inhalten auch grundlegende psychologische und pädagogische Fähigkeiten geschult. Darüber hinaus erwerben die Teilnehmer umfassende Kompetenzen, die für eine erfolgreiche Existenzgründung als Ernährungsfachkraft am Markt benötigt werden. Dazu zählen u. a. die Entwicklung eines Existenzgründungsplans und des Geschäftsmodells bzw. Unternehmenskonzepts sowie die Vermeidung typischer Fehler im Rahmen einer Existenzgründung.

Mit diesem Lehrgang soll den Teilnehmern der Einstieg in die Selbstständigkeit als Ernährungsberater/in erleichtert werden. Selbstständig als Ernährungsberater/in zu arbeiten bedeutet, über breit gefächerte Kompetenzen aus den Bereichen Ernährung, Coaching, Kommunikation und vor allem Existenzgründung zu verfügen, um verschiedene Zielgruppen mit individuellen Techniken optimal beraten zu können.

Empfohlene Weiterbildungen

(Ergänzend zu dem hier beschriebenen Lehrgang)

- Fitnesstrainer/in-B-Lizenz
- Mentaltrainer/in-B-Lizenz
- BSA-Personal-Trainer-Zertifikat

Lehrgangsinhalte

(Auszug aus den Lehrgangsinhalten. Die vollständigen Beschreibungen finden Sie im Internet.)

1. Ernährungstrainer/in-B-Lizenz
2. Berater/in für Gewichtsmanagement
3. Berater/in für Sporternährung
4. Ernährungscoach
5. Berater/in für Lebensmittelkunde und Lebensmittelmanagement
6. Existenzgründung

Abschluss

Ernährungsberater/in BSA

Dauer

19 Tage Präsenzphase
1 Tag Lehrerprüfung

Gebühr

- 4.296,00 EUR; 4 Raten zu je 1.074,00 EUR
- oder monatlich 374,00 EUR bei 12 Raten; Gesamt: 4.488,00 EUR

Preisvorteil nutzen: bis zu 20 % (S. 138)

Förderung möglich (S. 138)

Termine

- QR-Code scannen
- Terminheft oder Internet
bsa-akademie.de/termine



Prüfung

Zulassung

- Teilnahme an den Präsenzphasen
- Prüfungsleistung Ernährungstrainer/in-B-Lizenz
- zwei Prüfungen der Aufbauqualifikationen

Art

- Klausur und mündliche Prüfung „Lehrer/in für Ernährung“
- Hausarbeit „Existenzgründung“