

# Ernährungscoach

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.

★★★★ Aufbauqualifikation

 vor Ort  digital



## Ziel

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.

## Berufliche Qualifikationsstufe

Fernstudien-DQR-Stufe 4; Aufbauqualifikation  
Die Ausbildung führt zum Erwerb von Kenntnissen, die zur Berufsaufnahme befähigen bzw. einen Berufswechsel vorbereiten.

## 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 Ernährungsverhaltenweisen 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/-betreuungs 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

## Inhalte

(Auszug aus den Inhalten. Die vollständigen Beschreibungen finden Sie unter [bsa-akademie.de](http://bsa-akademie.de).)

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 in 6 Raten; gesamt: 984,00 EUR

**Preisvorteil nutzen: bis zu 20 % (Seite 146)**

**Förderung möglich (Seite 146)**

## Termine/Anmeldung

QR-Code scannen



## Prüfung

### Zulassung

Teilnahme an der Präsenzphase

### Art

- **vor Ort:** Klausur
- **digital:** Klausur