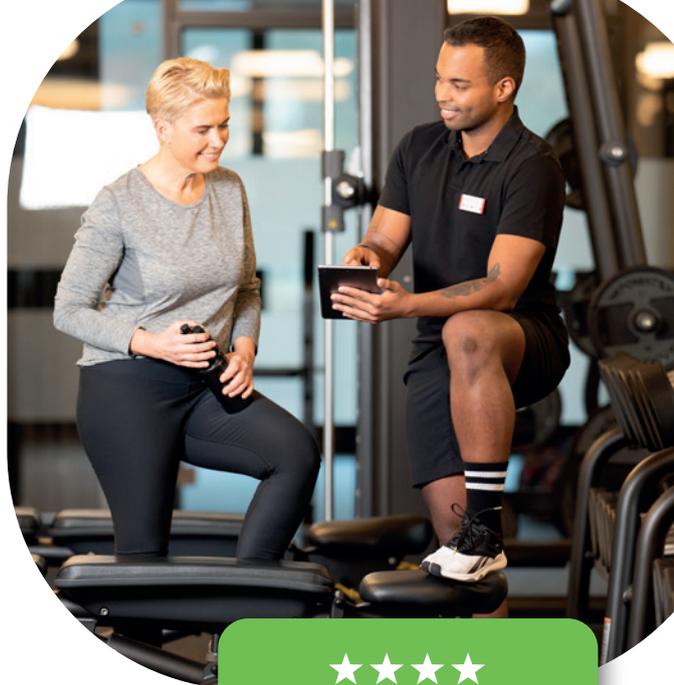


GESUNDHEITSCOACH

ZIEL

Der Lehrgang qualifiziert die Teilnehmer, Kunden zur gesunden Lebensführung professionell zu beraten. Durch den zielgerichteten Einsatz gesundheitspsychologischer Techniken werden diese beim Aufbau und der Beibehaltung eines gesundheitsförderlichen Lebensstils unterstützt. Im Fokus stehen dabei das individuelle Bewegungs-, Ernährungs- und Entspannungsverhalten. Um möglichst viele Zielgruppen zu erreichen und deren gesundheitsbeeinflussenden Lebensumstände hinreichend mitzuberücksichtigen, sind sie in der Lage, gesundheitsfördernde Maßnahmen in den Handlungsfeldern Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung für verschiedene Lebenswelten, wie z. B. KiTa, Schule, Betrieb oder Gemeinde, zu planen und umzusetzen.



★★★★
Aufbauqualifikation

ZIELGRUPPE/VORBILDUNG

Der Lehrgang richtet sich an Interessenten, die in verschiedenen Einrichtungen, wie z. B. Fitness-/Gesundheitsanlagen, Arztpraxen, Therapiezentren oder Sportvereinen, tätig sind und dort gesundheitsfördernde Maßnahmen umsetzen wollen. Für die Teilnahme werden theoretische und praktische Vorkenntnisse in einem oder mehreren der Handlungsfelder Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung/Entspannung vorausgesetzt.

BERUFLICHE QUALIFIKATIONSSTUFE

Fernstudien-DQR-Stufe 4; Aufbauqualifikation

Die Ausbildung führt zum Erwerb von Kenntnissen, die zur Berufsaufnahme befähigen bzw. einen Berufswechsel vorbereiten.

EMPFOHLENE WEITERBILDUNGEN

- Lehrer/in für Prävention und Gesundheitsförderung
- Berater/in für Stressmanagement
- Fachkraft für Betriebliches Gesundheitsmanagement (IHK)

vor Ort

digital

INHALTE

(Auszug aus den Inhalten)

1. Grundlagen zu Gesundheit/ Krankheit
 - Einflussfaktoren auf die Gesundheit
 - Krankheitsspektrum, Demografie und Präventionsbedarf
 - Erfassung des individuellen Gesundheitsrisikos
 - Grundlagen der Gesundheitsförderung und Prävention
 - Grundlagen des Gesundheitssystems
 - Qualitätsmanagement und Evaluation
2. Individuelle Gesundheitsförderung
 - Änderung des Gesundheitsverhaltens
 - Gesundheitspsychologische Modelle und Praxiswerkzeuge
 - Handlungsempfehlungen zur körperlichen Aktivität, Ernährung und Stressbewältigung
 - Praxisprogramme
 - DSSV-Gesundheitsprogramme nach § 20 SGB V
3. Gesundheitsfördernde Maßnahmen in Lebenswelten (Settings)
 - Grundlagen der Gesundheitsförderung in Settings
 - Maßnahmen zur Gesundheitsförderung in KiTa, Schule und Betrieb



DAUER

6 Monate mit
6 Tagen Präsenzphase (2 x 3 Tage)



ANERKENNUNG

Staatlich geprüft und
zugelassen ZFU-Nr. 7177907



PRÜFUNG

Zulassung

Teilnahme an der
Präsenzphase

Art

vor Ort: Präsentation
digital: Fallbeispielbearbeitung



GEBÜHR

1.996,00 EUR; in 4 Raten zu je 499,00 EUR
oder monatlich 239,00 EUR in 9 Raten;
gesamt: 2.151,00 EUR

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



START

Jederzeit möglich



INFOS/ANMELDUNG

QR-Code scannen

