

Curriculum Ernährungsberatung

WE	Termin	Inhalt	DozentIn
1	1	Grundlagen Verdauungstrakt, Leber: Anatomie/Physiologie/Pathologie	Mathias Onnen
	2		
2	3	Grundlagen Gallenblase, Pankreas: Anatomie/Physiologie/Pathologie	Mathias Onnen
	4	Grundlagen Diätetik: Nährstoffe, Nahrungsenergie, Wasser, Säure-Basen-Haushalt, Vitamine, Mineralstoffe, sek. Pflanzenstoffe, Antioxidantien	Jaakko Laine
3	5	Einführung in die Ernährungsberatung: Anamneseerhebung, Ernährungstagebuch/Protokolle	Mathias Onnen
	6	Das Beratungsgespräch: Setting, Kommunikation, Empathie, klientenzentrierter Ansatz	
4	7	Ernährungsformen: Vollwertkost, Vegetarismus/Veganismus, Ayurveda, Rohkost, Trennkost, weitere Vergleich der Diätformen mit allgemeinen Empfehlungen, Bewertung: Zu empfehlen? Mögliche Probleme/Risiken?	Mathias Onnen
	8		
5	9	Säure-Basen-Ernährung	André Effner
	10		
6	11	Chinesische Diätetik	Martina Westendorf
	12		
7	13	Auswertung der Ernährungsprotokolle	Mathias Onnen
	14	Orthomolekulare Medizin Funktionelle Lebensmittel, Nahrungsergänzungsmittel, diätetische Mittel	Jaakko Laine
8	15	Erstellung von Ernährungsplänen, computergestützte Auswertung	Mathias Onnen
	16	Lösungsorientierte Beratung bei Lebensproblemen mit Einfluss auf das Ernährungsverhalten	
9	17	Ernährung und psychische Erkrankungen: Alkoholismus, Essstörungen, Depression	Andrea Schumann
	18	Rhetorik, Methodik, Didaktik, Seminare (Verbindung mit Projektvorstellung im letzten Termin)	Mathias Onnen
10	19	Ernährungsassoziierte Erkrankungen: Adipositas, Diabetes mellitus, Hypertonie, Fettstoffwechselerkrankungen, Osteoporose, Rheumatoide Arthritis, Gicht, Nierensteine, Gallensteine, Zöliakie, Reizdarm, Neurodermitis, Obstipation, Abwehrschwäche	Jaakko Laine
	20		Mathias Onnen

WE	Termin	Inhalt	DozentIn
11	21	Nahrungsmittelallergien- und unverträglichkeiten	Jaakko Laine
	22	Heilfasten	André Effner
12	23	Lebensmittelhygiene, Vorbereitung des Kochtages	Martina Westendorf
	24	Lebensmittelzubereitung, Kochtag	
13	25	Sport, Fitness, Entspannung	Tabata Wanjura
	26		
14	27	Ernährung spezieller Zielgruppen: Kinder und Jugendliche, ältere Menschen, Schwangere, Sportler	Jaakko Laine
	28	Administration (Praxisführung, Buchhaltung, Marketing, Rechtsform) Recht, Grenzen Abschlussklausur	Mathias Onnen
15	29	Präsentation der Abschlussprojekte	Mathias Onnen
	30		

Insgesamt 120 Zeitstunden