HC-FF-V-27-01-LB

Live Online Hybrid-Kurs: Fit durch Food | Vegane Kostformen | 15 FP



Aktuell ernähren sich zwischen 1,3-2,6 Millionen Menschen in Deutschland rein pflanzlich. 2008 waren es nur 80.000. Die Tendenz zur veganen Lebensweise ist stark wachsend!

Lerne in dem Seminar die Geschichte, die Motive und Hintergründe der veganen Kost kennen.

Themen des Kurses:

- Aspekte und Motive für einen veganen Lebensstil
- Physiologie der veganen Ernährung, ist der Mensch ein Pflanzenesser?
- Grundlagen einer veganen Ernährung
- Vor- und Nachteile
- Nährstoffzusammensetzung
- Geschickter Austausch von tierischen Lebensmitten durch pflanzliche
- Kritische Nährstoffe und wie diese mit veganen Lebensmitteln aufgenommen werden können
- Nahrungsergänzung für Veganer, Mangelerscheinungen
- Marktcheck veganer Produkte (Sinn und Unsinn), Lebensmittelauswahl
- Umsetzung in die Praxis und Therapie
- Praktische Umsetzung als Einzelberatung, Kurs und Vortrag

Das Seminar findet als **Präsenzseminar** statt und wird parallel als **Live Online-Seminar** auf dem ACADIA eCampus übertragen (Hybrid-Seminar).

Leitung	Daniela Kircher | Oecotrophologin
Kursgebühr	280,00 €
Beginn	04.09.2027
Ende	05.09.2027
Kurszeiten	Sa. 04.09., 09:45 - 18:00 Uhr So. 05.09., 09:00 - 16:00 Uhr
Kursort	Internet, www.acadia-ecampus.de
Zielgruppe	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Masseure, Heilpraktiker, Osteopathen
Fortbildungspunkte	15