DA-FFA-19-01

Fit durch Food | Aufbaukurs Ausbildung zum Ernährungs-Coach | FP



Die drei Säulen der Gesundheitsprävention sind Ernährung, Bewegung und Entspannung. In dem Seminar bekommen Sie Grundlagen der gesunden Ernährung vermittelt. Sie lernen wie das Essverhalten analysiert werden kann und können Mängel oder Fehlverhalten beurteilen. Sie lernen Kommunikationstechniken zur Anwendung im Kurs und zur Beratung kennen, um eine aktive Umsetzung zu ermöglichen. Denn das Wissen über gesunde Ernährung allein führt nicht zum Erfolg. Sie lernen die Motivation des Klienten zu stärken und mittels lösungsorientierter Beratung bzw. Gesprächsführung, das Verhalten möglichst zu verändern.

Sie bekommen Ideen und Möglichkeiten, wie Sie das Thema Ernährung als Physiotherapeut nutzen können und in Ihrem Tätigkeitsfeld integrieren können.

Ziel:

- Ernährungswissen erwerben und umsetzen können
- Übergewichtige als Zielgruppe richtig beraten
- Motivation zur Prävention stärken
- Therapieerfolge mittels Ernährungstipps verbessern

Vom Wissen zum Handeln:

- Motivation zur Prävention
- Techniken der Beratung
- Lösungsorientierte Beratung

Methoden:

- Impulsreferate
- interaktive Lehrgespräche
- Gruppenarbeit
- Diskussion
- Kostproben

Inhalte dieses Kurses:

Teil 1: Vertiefung der Stoffwechselprozesse, Basen- und Säurehaushalt

- Zusammenhang zwischen Ernährung und Therapieerfolg
- Ernährung und Prävention
- Regenerationsprozesse
- BMI
- Erstellung von Ernährungsplänen für oben genannte Bereiche
- Interpretation von Ernährungsprotokollen an Fallbeispielen

Teil 2: Kommunikation

- Ernährungsberatung
- Kommunikation
- Ernährungspsychologie

Die Teilnehmer erhalten nach dem Aufbaukurs das Zertifikat zum „Ernährungscoach“.

Siehe auch:
Fit durch Food | Grundkurs Ausbildung zum Ernährungs-Coach

Leitung	Daniela Kircher | Oecotrophologin
Kursgebühr	0,00 € inkl. Skript
Beginn	12.10.2019

Ende	13.10.2019
Kurszeiten	Sa. 12.10., 10:00 - 18:00 Uhr So. 13.10., 09:00 - 16:00 Uhr
Kursort	Goebelstraße 21, 64293 Darmstadt
Zielgruppe	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Masseure, Heilpraktiker
Fortbildungspunkte	