

Beschreibung

Sie leben ernährungsbewusst und wissen, dass mit gezielter Ernährung, manchmal nur durch kleine Änderungen, große Erfolge erzielt werden können. So können der Austausch von Ölen, Salz oder Mineralwasser schon merklich positive Wirkung auf den Körper und das Wohlbefinden haben. Bewusstes Essen trägt maßgeblich zur Gesunderhaltung und zum gesund werden bei. Keine Diäten, besser Austausch, statt Verzicht. Erreichbare, im Berufs- und Familienalltag umsetzbare Ziele sind gefragt, Schritt für Schritt.

Wenn Sie sich und Ihrer Familie und anderen Menschen helfen möchten, wenn Sie Ihr Wissen zum Beruf machen möchten, es anstreben als Ernährungsberater/in tätig zu sein, dann sind Sie in diesem Lehrgang richtig.

In diesem Lehrgang werden Zusammensetzung der verschiedenen Lebensmittel, der Stoffwechsel, Kalorienbedarf, Vitamine und Mineralstoffe, der Magen-Darm-Trakt und seine Erkrankungen besprochen. Sie erhalten Unterlagen. Es werden aber auch die Wirkungen der Ernährung auf andere Organe, sowie der Einfluss auf Entstehen von Erkrankungen erläutert. Auch Themen wie Darm und Immunsystem, Darm und Haut und andere Zusammenhänge werden besprochen.

Damit Sie nach dem Lehrgang auch fit für die Praxis und die Beratung mit Klienten sind, erarbeiten wir wie Sie in der Beratung vorgehen, die nötigen Dokumente und was Sie rechtlich beachten sollten. Und sie haben die Möglichkeit in unserem abschließenden praktischen Wochenende, eine „echte Beratung mit einem Klienten“ nach Thema Ihrer Wahl durchzuführen.

Lust bekommen? Nur Mut! Bei Fragen rufen Sie uns an, wir beraten Sie gern!

Zielgruppe

Fachkräfte aus Medizin, Fitness, Gesundheit und Pädagogik sowie an Berufsumsteiger, die sich fundiert für eine professionelle Tätigkeit im Bereich Ernährung qualifizieren und beratend tätig werden möchten.

Inhalt

Spezielle Lebensmittelkunde

- Einteilung der Lebensmittel
- Eiweiße, Kohlenhydrate, Fette und Öle
- Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente
- Sekundäre Pflanzenstoffe, Bitterstoffe
- Ballaststoffe und Wirkung
- Wasser, Salz
- Zusatzstoffe
- Antioxidantien in der Ernährung
- Richtlinien DGE
- Zubereitung, Lagerung, Verarbeitungsgrade

Grundlagen Verdauungstrakt

- Bau und Funktionen der Verdauungsorgane
- Ökosystem Darm, Symbiose, Dysbiose, Auswirkungen, Darmsanierung, Reizstoffe
- Erkrankungen des Verdauungstraktes, Beratungen
- Bau und Funktionen des Leber-Galle-Systems
- Erkrankungen Leber-Gallesystem, Beratungen

Standort und Termin

FR.

25

SEPT. 2026

25. Sept. 2026 bis 27. Feb. 2027
Villingen-Schwenningen
Berufsbegleitend - Präsenz

Termin details

160 Unterrichtseinheiten

Datum	Tag	von	bis
25.09.2026	Fr	17:00	21:15
26.09.2026	Sa	08:30	16:00
09.10.2026	Fr	17:00	21:15
10.10.2026	Sa	08:30	16:00
16.10.2026	Fr	17:00	21:15
17.10.2026	Sa	08:30	16:00
06.11.2026	Fr	17:00	21:15
07.11.2026	Sa	08:30	16:00
20.11.2026	Fr	17:00	21:15
21.11.2026	Sa	08:30	16:00
04.12.2026	Fr	17:00	21:15
05.12.2026	Sa	08:30	16:00
15.01.2027	Fr	17:00	21:15



Zusätzliche Themen

- Der Säure- Base-Haushalt
- Das vegetative Nervensystem
- Allergien und Immunsystem
- Funktionen der Nieren, Trinken
- Der Bewegungsapparat

Beratungsthemen

- Das Berater-Klienten-Gespräch
- Die Beraterpraxis, Rechtliche Grundlagen und Marketing
- Ernährungsformen und Diäten
- Ernährungspläne und Ernährungsumstellung
- Immunstärkende Ernährung
- Stoffwechselfördernde Ernährung
- Ernährung bei Erkrankungen des Verdauungstraktes
- Ernährung bei verschiedenen Altersgruppen und Situationen
- Ernährung bei Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen, Senioren
- Ernährung bei Sportlern
- Ernährung während der Schwangerschaft und Stillzeit
- Ernährung bei Rheumatische Erkrankungen, Osteoporose und Gicht
- Ernährung bei Allergien und Unverträglichkeiten
- Ernährung bei Hauterkrankungen
- Ernährung bei Kopfschmerz und Migräne
- Ernährung zur Gewichtsreduktion

Praktischer Block

- Klienten-Gespräch nach Thema Ihrer Wahl

Prüfung

- Hausarbeit zum Thema Ihrer Wahl
- Schriftlicher Teil
- Mündlicher Teil

Abschluss

- IHK-Zertifikat

Hinweis

Ratenzahlung möglich

16.01.2027	Sa	08:30	16:00
29.01.2027	Fr	17:00	21:15
30.01.2027	Sa	08:30	16:00
19.02.2027	Fr	17:00	21:15
20.02.2027	Sa	08:30	16:00
26.02.2027	Fr	17:00	21:15
27.02.2027	Sa	08:30	16:00

Investition

€ 2.132,-
inkl. Unterlagen und Zertifikat

Ansprechpartner

Marco Xanthopoulos

☎ 07721 922 264

✉ marco.xanthopoulos@vs.ihk.de

Veranstaltungsort

IHK Akademie

Schwarzwald-Baar-Heuberg
Albert-Schweitzer-Str. 7
78052 Villingen-Schwenningen

Dozenten

- Catrin Wehlend

Förderungen

- ESF Förderung



Veranstaltung online ansehen



https://www.ihkademie-sbh.de/weiterbildung/details/ernaehrungsberater-m-w-d-berufsbegleitend-praesenz_118811

Das könnte Sie interessieren

- Atemworkshop - Stress reduzieren, Energie gewinnen: Atemtraining für mehr Resilienz und Leistungsfähigkeit - Vollzeit - Präsenz
- Ausbildung zum Darm-Coach Der Darm - Zentrum der Gesundheit - Berufsbegleitend - Präsenz
- Mental Health Coach (m/w/d) - Vollzeit - Präsenz



Kofinanziert von der
Europäischen Union

Kofinanziert vom Ministerium für
Soziales, Gesundheit und Integration
Baden-Württemberg

