Gesunde Ernährung - die richtige Auswahl - Berufsbegleitend - Präsenz

Kurs-Nr. GHGE

Beschreibung

Es gibt nichts so vielseitiges und individuelles wie die Ernährung. Was für den einen gut ist, kann für den anderen nicht gut sein.

An 6 Abenden werden in einer Lebensmittelkunde die Zusammensetzung der Nahrung erläutert, welche Formen der Kohlenhydrate, Eiweiße und Fette gibt es, was sind Ballaststoff, was sekundäre Pflanzenstoffe und was muss beachtet werden.

Es gibt viele praktischen Beispielen und Tipps.

Inhalt

- Für wen sind Vollkornprodukte geeignet und für wen nicht.
- Was sind Antioxidantien.
- Wie wirken Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente.
- Welches Mineralwasser ist für wen am geeignetsten.

Abschluss

- IHK-Bescheinigung

Veranstaltung online ansehen

https://www.ihkakademie-sbh.de/weiterbildung/details/gesunde-ernaehrung-die-richtige-auswahl-berufsbegleitend-praesenz_118657

Standort und Termin

Termin auf Anfrage
Villingen-Schwenningen
Berufsbegleitend - Präsenz

Termindetails

24 Unterrichtseinheiten

Investition

€ 614,-
inkl. Unterlagen

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

Das könnte Sie interessieren

- Ernährungsberater (m/w/d) - Berufsbegleitend - Virtuell
- Ausbildung zum Darm-Coach - Der Darm, Zentrum der Gesundheit - Vollzeit - Präsenz

Kofinanziert von der Europäischen Union

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

07721 922-200

akademie@vs.ihk.de

IHK Akademie
Albert-Schweitzer-Str. 7
78052 Villingen-Schwenningen