



B-E-R-G-Coach



Ganzheitliche Ernährung Der „andere“ Ernährungscoach

Kein einfaches Thema, denn es bietet sehr viele Herausforderungen. Aber wer Gesundheit als Thema hat, der darf sich nicht scheuen, neue Wege zu beschreiten.

Wer denkt, Diäten, Bio-Kost, Trennkost oder immer wieder neue Trends sind die Lösung für die Figur und die Gesundheit, der irrt.

Wer fundiert erfahren will, was es bedeutet ein ganzheitlicher Ernährungscoach nach der B-E-R-G-Formel zu sein, der ist hier genau richtig.

Während dieser Ausbildung erhält man wissenschaftliche Fakten und Hintergrundwissen über die Biochemie des Körpers, Reaktionen der Ernährung auf den Stoffwechsel, den Körper, die Seele und den Geist.

Das, was wir essen, macht etwas mit uns. Wer erfahren will was, der kommt um diese Ausbildung nicht herum. In 24 Live-Onlinevorlesungen (die man jederzeit nachholen kann), erfährt man alles rund um das Thema Ernährung und deren Einflüsse auf alle Bereiche der Gesundheit.

Den Teilnehmer erwartet ein allumfassendes Schulungskonzept, welches die Auswirkungen von Mangelernährung auf die Gesundheit zeigt und gleichzeitig erlebbar macht, was möglich ist, wenn man weiß, wie der Stoffwechsel funktioniert und wie man sich und den Körper durch Nahrung beeinflussen kann.

ABLAUF

In 3 Monaten erhältst du ein Hintergrundwissen und wissenschaftliche Fakten über die Biochemie des Körpers und ein fundiertes Wissen zur ganzheitlichen Ernährung .

Die Unterrichtseinheiten finden als Live-Onlinevorlesung statt und/oder als Video-Coaching, wenn man zu den live-Veranstaltungen nicht kann.

Des Weiteren werden dir Unterlagen zur Vertiefung und zum Selbststudium zur Verfügung gestellt. Ein Fragenkatalog am Ende jedes Kapitels soll das Gehörte und Gelesene vertiefen.

DAUER

3 Monate Online-Coaching mit anschließender Prüfung online oder vor Ort. Man muss die Ausbildung nicht in 3 Monaten abschließen, die Prüfung kann auch zu einem späteren Zeitpunkt abgelegt werden.

ZIEL

Der Teilnehmer sollte am Ende der Ausbildung in der Lage sein, ein Beratungsgespräch der Grundlagen-ernährung zielgerichtet durchzuführen. Dazu sollte er wesentliche Inhalte der Ernährungsgrundlagen, sowie der Makro- und Mikronährstoffkunde aufzeigen können.

Defakto wissen wir, dass es immer mehr Zivilisationskrankheiten gibt, die ausschließlich durch Mangelernährung entstehen. Diese gilt es zu erkennen, zu beschreiben und damit zu verhindern. Wer den Ernährungscoach absolviert, erhält fundiertes Basiswissen mit dem man Menschen beraten und ihnen somit helfen kann.

INHALTE

THEORIE

- Grundlagen der Ernährung
- Ernährungsformen allgemein
- Grundlagen der Mikro-Nährstoffe Teil 1-3
- Der Flüssigkeitshaushalt
- Der Stoffwechsel
- Die Fettverbrennung
- Zielgerichtete Ernährung
- Anamnese und Diagnostiken
- Stoffwechselstörungen (Ernährung bei Erkrankungen)
- Zielgerichtete Beratung anhand der Anamnese

INHALTE

BERATUNG IN DER PRAXIS

- Anamnese und Ernährungsberatungen durchführen
- Ernährungspläne erstellen
- Ernährungsprotokolle erarbeiten/bearbeiten
- Beratung anhand körperbezogener Daten
- Berechnung des Kalorienbedarfs anhand der persönlichen Daten
- Berechnung des Grund- & Leistungsumsatzes individuell
- viele Praxisbeispiele

DEINE VORTEILE

Alles auf einen Blick:

- ✓ Lehrgangsunterlagen inklusive
- ✓ Prüfungsgebühren inklusive
- ✓ lehr- und praxiserfahrene Dozenten
- ✓ nachhaltiger Lernerfolg durch Live-Vorlesung, Video-Coaching, Präsenzveranstaltung
- ✓ alles aus der Praxis
- ✓ Ausbildung findet zu 100% online statt

Anmeldung

akademie@pur-life.de

purAkademie

Viehweg 6 . 35781 Weilburg