



B-E-R-G-Coach



Generationencoach - Wissen, Motivation und Energie - für jedes Alter

Mit dieser Ausbildung möchten wir lehren, welche Bedürfnisse in welchem Alter entstehen und wie man sie am besten angeht. Jeder Mensch hat seine eigene Geschichte und das ist auch gut so. Als Coach ist es extrem wichtig, authentisch zu sein, seine eigene Geschichte und die eigenen Erfahrungen mit in die Beratung mit einfließen zu lassen. Der Ansatz des Generationencoachs liegt darin, dass jeder Coach eine andere Zielgruppe anspricht. Menschen wollen sich gern von „Gleichgesinnten“ mit einer ähnlichen „Story“ beraten lassen, die es geschafft haben, aus einer schwierigen Situation rausgekommen zu sein.

Wir zeigen in dieser Ausbildung auf was in den vielen Dekaden eines Lebens zu achten ist und welche Herausforderungen die einzelnen Dekaden bieten. Es ist nicht immer leicht, zu erkennen welche Probleme in welcher Dekade entstehen und welche Handlungen in jungen Jahren zu schwerwiegenden Problemen in der Zukunft führen.

Wir sind der festen Überzeugung, dass man viele Zivilisationskrankheiten, die im Alter auftauchen, durch die richtigen Maßnahmen zur richtigen Zeit, eingedämmt und verhindert werden könnten, wenn die Menschen nur wüssten, was sie erwartet oder wie man die Fehler vermeiden könnte.

Keiner hat gesagt, dass Gesundheit leicht ist. Sie muss sich in jeder Dekade verdient werden. Es stellt in jeder Dekade Arbeit dar und wir machen diesen Arbeitsprozess transparent und zeigen die Herausforderungen jeder Zeit.

ABLAUF

In 3 Monaten erfährst du, was in den vielen Dekaden eines Lebens zu achten ist und welche Herausforderungen die einzelnen Dekaden bieten.

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

Am Ende der Ausbildung hat man ein Grundverständnis des Lebens und der einzelnen Lebensabschnitte. Man erhält einen Überblick über alle „Volkskrankheiten“ jeden Alters.

Diese Ausbildung stellt eine Reise durch die Lebensabschnitte dar. Plastisch, realistisch, echt. Faszinierend und vor allem emotional, denn Menschen jeden Alters helfen zu können ist ein Geschenk.

INHALTE

THEORIE

- Grundlagen der Gesundheit vor und nach der Geburt
- Grundlagen der Gesundheit im Kindes- und Jugendalter
- Grundlagen der Gesundheit im Erwachsenenalter
- Grundlagen der Gesundheit im Seniorenalter
- Anamnese- und Diagnostikverfahren für alle Altersgruppen
- Darstellung der häufigsten Krankheitsbilder aller Altersgruppen
- Konzeption eines Gesundheitsprogramms für jede Altersgruppe
- Zielgerichtete Beratung jeder Altersgruppe, inkl. Bewegungs- und Ernährungsplanung

INHALTE

BERATUNG IN DER PRAXIS

- Durchführung einer Anamnese für jede Altersgruppe
- Zielgerichtete Beratungsbeispiele aller Altersgruppen
- Erstellung und Konzeptionierung eines Trainingsplans für jede Altersgruppe
- Durchführung von Haltungs- und Bewegungsanalysen
- Aufbau und Konzeption von Bewegungs- und Kräftigungskursen jeden Alters
- Aufbau und Konzeption von Stretch- und Mobilisierungskursen jeden Alters
- Durchführung und Auswertung eines Ernährungsprotokolls für jede Altersgruppe
- Erstellung und Konzeptionierung eines Ernährungsplans für jede Altersgruppe
- Durchführung einer Ernährungsberatung, Fallbeispiele, für jede Altersgruppe

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