



## Ernährung - Basis

Die Ernährung ist ein Fundament des Lebens. Der Mensch setzt sich seit Beginn seiner Existenz intensiv mit dem Essen und Trinken auseinander.

Sowie der Mensch sich als Wesen weiterentwickelt hat, hat sich auch die Ernährung mit ihm weiterentwickelt. Heute befinden wir uns in einem Schlaraffenland. Es ist alles zu jeder Zeit erhältlich und es gibt eine Flut von Informationen über die Ernährung. Und trotzdem wissen viele Menschen immer weniger, was und wie sie essen sollen.

Es geht nach dem Abschluss des Ernährungsunterrichts also nicht darum, eine einzelne Ernährungstherapie zu praktizieren, sondern die Ernährung dem einzelnen Menschen in seiner momentanen Lebensphase oder seiner Krankheit angepasst einzusetzen. Diese kann dann auch durch gezielten Einsatz von Präparaten ergänzt werden.

### Lernziele

Sie sind in der Lage:

- die Ernährung zur Unterstützung anderer Therapieformen innerhalb ihrer Praxis einzusetzen,
- Ernährungsfragen der Klienten zu beantworten,
- einfache Beratungen durchzuführen.

### Inhalt

- Geschichte der Ernährungslehre
- Allgemeine Lebensmittellehre
- Grundlagenwissen zu Ernährung und Diätetik
- Bedarfsgerechte Ernährung
- Diätetik verschiedener Krankheitsbilder
- Üben der Ernährungsberatung an konkreten Fallbeispielen
- Praktisches Arbeiten

### Lernzeit

154 Stunden

### Voraussetzungen

Abgeschlossene Medizinische Grundlagen mind. 150 Std.

### Zielgruppen

TherapeutInnen und Studierende der Naturheilkunde, sowie DrogistInnen oder ApothekerInnen.

<b>Ort und Anmeldung</b>	<b>Zürich</b>	<b>St. Gallen</b>
<b>Daten</b>	Ab Mo 21.11.2011 Ab Di 06.11.2012	Ab Do 12.04.2012
<b>Unterrichtszeiten</b>	09.00 – 17.00	
<b>Dozentinnen</b>	Sybille Binder, Denise Wahlen	
<b>Kosten</b>	3520.- zahlbar in zwei Raten oder monatlich (monatlich mit Aufpreis Fr. 10.-/ Monat) Einschreibgebühr Fr. 150.-, Diplomgebühr Fr. 160.-, Pflichtliteratur ca. Fr. 100.-	
<b>Hinweis</b>	Dieses Fach ist Teil der Ausbildung dipl. NaturheilpraktikerIn TEN oder dipl. Vitalstoff – ErnährungstherapeutIn. Es kann auch separat als Weiterbildung besucht und mit Diplomprüfung abgeschlossen werden. Für die Registrierung beim EMR werden ergänzend mind. 600 Std. abgeschlossene Medizinische Grundlagen gefordert. Auf Ernährung Basis kann ergänzend Ernährung Akzent ab Mai 2012 mit 147 Std. besucht, und mit total 300 Std. abgeschlossen werden.	
<b>Ort und Anmeldung</b>	Schule für angewandte Naturheilkunde	