

Kompakt-Information
zum Fernstudium

Ernährungsberater/in HAF



KI 966540

Inhaltsverzeichnis

Übersicht	
Der Lehrgang „Ernährungsberater/in HAF“	3
Gute Aussichten	
Ihre beruflichen Chancen	3
Hier sind Sie richtig	
Die Zielgruppen des Lehrgangs	4
Das bringen Sie mit	
Voraussetzungen für die Lehrgangsteilnahme	4
So läuft's	
Der Ablauf Ihres Fernstudiums	4
Darum geht's	
Diese Kenntnisse erwerben Sie	6
Post für Sie	
Überblick über alle Studienhefte und Materialien	7

Übersicht

Der Lehrgang „Ernährungsberater/in HAF“

In Zeiten steigender Zahlen übergewichtiger Kinder und Erwachsener wird eine durchgreifende Ernährungsberatung in der Gesellschaft immer wichtiger. Viele Menschen wollen sich gesund und ausgewogen ernähren, wissen aber nicht genau, wie dieses umsetzbar und durchzuhalten ist. Werden Sie mit uns zum/zur Essberater/in – englisch-modern nennt man diesen Beruf auch „Foodcoach“! Sie erhalten das umfassende fachliche Hintergrundwissen rund um die Ernährungslehre. Sie lernen Ernährungspläne zusammenzustellen und üben unter Anleitung, Beratungsgespräche zu planen und durchzuführen. Darüber hinaus erhalten Sie umfassendes Wissen in Sachen Marketing und Geschäftsführung für einen Start in die Selbstständigkeit: von der richtigen Werbung bis zur korrekten Rechnungsstellung

Drei gute Gründe sprechen für diesen Lehrgang der Hamburger Akademie

- ✓ **Umfassende und zielorientierte Weiterbildung:** Mit diesem Lehrgang erwerben Sie Schritt für Schritt das Know-how, das nötig ist, um als Ernährungsberater/in tätig zu werden. Ob Sie diesen Lehrgang als „Startschuss“ für eine berufliche Umorientierung, als Ergänzung zu Ihrem bisherigen Wissen oder als private Bereicherung für die tägliche Ernährung Ihrer Familie nutzen möchten, entscheiden Sie selbst. Möglich ist mit diesem Lehrgang als Grundlage alles.
- ✓ **Viele Praxis-Tipps:** Erfahrene Ernährungswissenschaftler haben den Lernstoff maßgeblich mitentwickelt. Sie werden feststellen, dass der Lehrstoff mit seiner Kombination aus Ernährungswissenschaft und Beratungs-Know-how auf Ihre zukünftige Tätigkeit abgestimmt ist und Sie so angeleitet werden, dass Sie ohne Umwege Schritt für Schritt zu Ihrem Ziel kommen.
- ✓ **Modernes und zeitgemäßes Lernen:** Der Lernstoff dieses Lehrgangs ist nach den modernsten inhaltlichen und pädagogischen Empfehlungen konzipiert. Um Ihren Lernerfolg zu steigern, bietet Ihnen die Hamburger Akademie in diesem Lehrgang zusätzlich smartLearn® an, unser einzigartiges Lerntypenkonzept, das Ihre individuelle Lernstärke unterstützt und Ihren Lernerfolg optimiert.

Gute Aussichten

Ihre beruflichen Chancen

Dieser Lehrgang vermittelt Ihnen das breitgefächerte Wissen, das Sie für die vielfältige Aufgabe als Ernährungsberater/in benötigen. In dieser Funktion informieren Sie andere individuell über gesunde Ernährung, indem Sie beispielsweise Einzelberatungen anbieten, Hausbesuche, Kochkurse oder Workshops rund um die richtige Ernährung durchführen. Angesichts der steigenden Zahl übergewichtiger und fehlernährter Kinder und Erwachsener einerseits und immer neuer Lebensmittelskandale andererseits werden fundierte Informationen und gezielte Anleitungen im gesamten Ernährungsbereich immer wichtiger und gefragter.

Der Fernstudien-Abschluss der Hamburger Akademie verschafft Ihnen die idealen Voraussetzungen für den Einstieg in die Welt der Ernährungsberatung. Das ist Ihre Chance auf eine spannende, wichtige und entwicklungsfähige Beschäftigung.

Hier sind Sie richtig

Die Zielgruppen des Lehrgangs

Dieser Lehrgang wendet sich an alle, die sich aus beruflichen oder persönlichen Gründen professionell mit der Ernährungsberatung beschäftigen möchten.

Der Lehrgang **Ernährungsberater/in HAF** ist ideal:

- um selbstständig zu arbeiten. So können Sie schon bald neben- oder hauptberuflich als „Foodcoach“ tätig werden und z. B. eine eigene Praxis eröffnen;
- als Zusatzqualifikation, wenn Sie als Angestellte/r in einem sozialen Beruf einen neuen Aufgabenbereich übernehmen möchten;
- als Weiterbildung, wenn Sie bereits im Gesundheitsbereich arbeiten oder Mitarbeiter/in in einem Reformhaus oder Naturkostladen sind;
- als ideale Ergänzung wenn Sie im hauswirtschaftlichen, gastronomischen Wellness- oder Fitness-Umfeld tätig sind;
- für alle, die ganz allgemein Interesse am gesunden Essen und an Gesundheit haben.

Mit dem Abschluss „Ernährungsberater/in HAF“ kommen Sie allen genannten Zielen einen entscheidenden Schritt näher!

Das bringen Sie mit

Voraussetzungen für die Lehrgangsteilnahme

Um erfolgreich am Lehrgang teilzunehmen, ist der Realschulabschluss oder ein vergleichbares Bildungsniveau die schulische Mindestvoraussetzung. Berufliche Vorerfahrungen bzw. Vorbildung im medizinischen oder im ernährungsbezogenen Bereich sind vorteilhaft, aber nicht notwendig.

So läuft's

Der Ablauf Ihres Fernstudiums

Ihr besonderer Vorteil: Dank der individuellen Teilnehmerbetreuung der Hamburger Akademie können Sie jederzeit mit dem Lehrgang beginnen – direkt und ohne Wartezeiten. Auf diese Weise werden Sie schnell und ohne Zeitverlust Ihr persönliches Weiterbildungsziel erreichen.

Sie lernen bequem zu Hause: Die Hamburger Akademie unterstützt Sie darin, Ihr Fernstudium optimal in Ihr Berufs- und Privatleben zu integrieren. Das ist der große Vorteil dieser Weiterbildung: Sie können Ihre Studienzeiten selbstständig organisieren und das Lernen perfekt Ihrer beruflichen und familiären Situation anpassen. Wann und wo Sie studieren, bestimmen Sie selbst. So lernen Sie optimal – ohne lästige Anfahrtswege zum Studienort, ohne überfüllte Unterrichtsräume und ohne Zeitdruck!

Die abwechslungsreichen und vielfältigen Lernmaterialien dieses Fernlehrgangs sind genau auf Ihre Situation und Lernbedürfnisse zugeschnitten. In übersichtlichen Lerneinheiten (vier Sendungen) werden Ihnen die Studienunterlagen direkt nach Hause geliefert.

Die Dauer Ihres Fernstudiums: Ihre Regelstudiendauer beträgt 14 Monate, bei einem wöchentlichen Arbeitsumfang von etwa vier bis sechs Stunden. Sie können aber auch schneller vorgehen oder sich ohne Zusatzkosten insgesamt 21 Monate Zeit lassen.

Kompetente Unterstützung durch Ihre Studienleiter: Die Hamburger Akademie bietet Ihnen erfolgserprobte Betreuungsleistungen. Die Studienmaterialien zu Ihrem Fernlehrgang sind so aufbereitet, dass Sie sich Ihr Wissen zu Hause optimal und zielorientiert aneignen können. Doch die Hamburger Akademie lässt Sie damit nicht allein! Sie werden kontinuierlich durch Ihr Fernstudium begleitet. Wir stellen Ihnen erfahrene Studienleiter zur Seite, die Ihren Lernfortschritt stets - anhand Ihrer Einsendeaufgaben - im Blick behalten. Diese Aufgaben finden Sie am Ende jedes Studienheftes. Sie bearbeiten die jeweilige Frage selbstständig und senden Ihr Ergebnis anschließend an die Hamburger Akademie. Die Studienleiter korrigieren und bewerten Ihre Einsendeaufgabe daraufhin schriftlich und senden Ihnen die bearbeitete Aufgabe kommentiert zurück. So steigern Sie Ihr Wissen Schritt für Schritt. Den Kontakt, den Sie auf diese Weise zu Ihrem Studienleiter aufbauen, können Sie auch nutzen, um generelle Fragen zum Lernstoff oder zum Lehrgangsziel zu stellen.

Über den **smartLearn®-Campus**, das Online-Forum der Hamburger Akademie, finden Sie leicht Kontakt zu Ihren Mitstudierenden. Dieses freiwillige Zusatzangebot steht Ihnen für den Austausch von Tipps, fachliche Diskussionen, Lerngemeinschaften oder lockeren Smalltalk kostenlos zur Verfügung. Voraussetzung ist lediglich ein Internetzugang.

Ergänzende Seminare: Alles, was Sie für Ihren Lehrgang wissen müssen, erfahren und erlernen Sie mithilfe Ihres Lernmaterials und im Austausch mit Ihrem Studienleiter. Zusätzlich zum Fernunterricht bieten wir Ihnen zwei Begleit-Seminar zum Thema „Ernährung“ an. Sie haben den Umfang von je drei Tagen und finden in einem unserer Seminarzentren statt. Für den Erwerb des Zertifikats ist die Teilnahme am zweiten Seminar und die erfolgreiche Absolvierung der dort stattfindenden Abschlussprüfung eine Voraussetzung.

Ihr Studienabschluss: Sie erhalten nach Ihrer erfolgreichen Lehrgangsteilnahme als Beleg Ihrer Leistungen das **Zeugnis der Hamburger Akademie**. Die Gesamtnote ist die Durchschnittsnote aller Ihrer Einsendeaufgaben.

Das **Zertifikat der Hamburger Akademie** erhalten Sie, wenn Sie zusätzlich eine schriftliche Abschlussprüfung erfolgreich ablegen. In dieser Prüfung, die Sie im Rahmen des zweiten Seminars ablegen, belegen Sie Ihre Kenntnisse aller Themenbereiche des Lehrgangs. Die Note für diese Prüfung bildet Ihre Zertifikatsnote.

Zeugnis und Zertifikat der Hamburger Akademie werden in der Wirtschaft, Industrie und Öffentlichkeit als Abschluss eines renommierten privaten Fernlehrinstituts anerkannt. Sie können beides jederzeit als persönliche Referenz vorzeigen oder Ihren Bewerbungsunterlagen beifügen.

Darum geht's

Diese Kenntnisse erwerben Sie

Der Lehrgang „Ernährungsberater/in HAF“ ist in 14 Studienhefte gegliedert. Sie beinhalten alle Themen, die für Ihre zukünftige Tätigkeit relevant sind.

Ihr Lehrstoff auf einen Blick in Stichworten:

Grundlegende Fachkompetenz und Hintergrundwissen Ernährung

Ernährungslehre: Aufbau und Funktion der Nährstoffe

Lebensmittelkunde: Lebensmittelgruppen und ihre ernährungsphysiologische Bedeutung, Lebensmittelrecht

Lebensmitteltoxikologie Anatomie und Physiologie: Verdauung, ernährungsbedingte Krankheiten

Ernährung und Prävention

Vollwertige Ernährung nach DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung)

Zielgruppengerechte Ernährung: Schwangere, Stillende, Säuglinge, Kleinkinder, Jugendliche, Senioren, Sportler, Berufstätige

Alternative Ernährungsformen: Heilfasten, Säure-Basen-Diät, Trennkost, Ernährung nach den vier Blutgruppen, Ayurveda, Ernährung nach den fünf Elementen, Gesund abnehmen, verschiedene Reduktionsverfahren und Diäten

Beratungsgespräche führen

Kommunikationstechnik: Präsentationstechnik, Sprechtechnik, Körpersprache nutzen

Gespräche führen: Ernährungskommunikation und Aufbau von Beratungsgesprächen, Grundregeln der Gesprächsführung, Rahmenbedingungen für ein Beratungsgespräch sowie Ablauf des Gespräches, Gruppenarbeitsmethoden, Kommunikationshilfsmittel

Tipps für die Selbstständigkeit

Recht und Buchführung: Steuerrecht, arbeitsrechtliche Grundlagen, Rechnungsstellung

Public Relations: Strategien zur Selbstvermarktung

Aktualisierung vorbehalten

Post für Sie

Überblick über alle Studienhefte und Materialien

Der Lehrgang „Ernährungsberater/in HAF“ umfasst 14 Studienhefte, aufgeteilt auf vier kompakte Lernpakete. Diese Aufteilung hat den Vorteil, dass Sie in sinnvollen Einheiten lernen können, ohne „alles auf einmal“ schaffen zu müssen. So begleiten wir Sie kontinuierlich und sicher bis zu Ihrem Studienziel.

In der folgenden Übersicht finden Sie die Namen und Kürzel der Studienhefte und Materialien, die zum Lehrgang gehören (*Aktualisierung vorbehalten; die Anzahl der Studienhefte kann variieren*):

<i>Name des Studienhefts:</i>	<i>Kurzname:</i>
Studienhandbuch „Ernährungsberater/in HAF“	
Grundlagen der Ernährungslehre (Teil 1)	ENB 01
Grundlagen der Ernährungslehre (Teil 2)	ENB 02
Lebensmittelkunde (Teil 1)	ENB 03
Nährwerttabelle „Kalorien mündgerecht“	ENBU
Lebensmittelkunde (Teil 2)	ENB 04
Anatomie und Physiologie (Teil 1)	ENB 05
Anatomie und Physiologie (Teil 2)	ENB 06
Ernährung und Prävention (Teil 1)	ENB 07
Ernährung und Prävention (Teil 2)	ENB 08
Ernährung und Prävention (Teil 3)	ENB 09
Ernährungsberatung bei Übergewicht	ENB 10
Alternative Ernährungsformen	ENB 11
Praxis, Psychologie der Ernährungsberatung	ENB 12
Präsentationstechniken	EIB 07
Kommunikationspraxis	EIB 07

Mit den 14 Studienheften und den ergänzenden Extras, wie z.B. die Kalorientabelle, besitzen Sie nach Beendigung des Lehrgangs ein umfassendes und nützliches Nachschlagewerk.