

ERNÄHRUNGSPRÄVENTION

KONZIPIEREN SIE PASSENDE ERNÄHRUNGSPROGRAMME FÜR JEDE ZIELGRUPPE

Ronny Heldt-Döpel

5
CREDITS

Ernährung ist als Trendthema in aller Munde: Wer sich gesund ernähren möchte, findet eine Vielzahl an Empfehlungen und wird mit den unterschiedlichsten Ernährungsweisen konfrontiert. Da fällt es schwer den Überblick zu behalten. Orientierung bietet hier die Ernährungsprävention, denn diese stellt die Gesundheit ins Zentrum aller Ernährungsfragen und bezieht deswegen die unterschiedlichen Einflussfaktoren auf die Ernährung mit ein.

In der Weiterbildung „Ernährungsprävention“ lernen Sie zielgruppenspezifische Angebote zu konzipieren und bestehende Ernährungskonzepte zu beurteilen. Hierzu erwerben Sie ein grundlegendes Verständnis für ernährungsphysiologische Zusammenhänge und machen sich mit den Prinzipien gesunder Ernährung für unterschiedliche Zielgruppen vertraut, die auf den Vorgaben der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) basieren.

Sie beschäftigen sich im Kurs außerdem mit der psychologischen Perspektive auf die Ernährung, was Ihnen insbesondere im Berufsalltag in der Zusammenarbeit mit Patientinnen und Patienten bzw. Kundinnen und Kunden zugutekommt. Die unterschiedlichen Zielgruppen zu typisieren und die Analyse des Essverhaltens hilft Ihnen, ein Gespür für den richtigen Ansatz sowie die richtige Ansprache zu finden. Ergänzend dazu bietet der Zertifikatskurs Ihnen einen Überblick über Unverträglichkeiten, spezielle Ernährungsformen und -trends.

Mit dem Wissen aus dem Kurs können Sie primärpräventiv beraten und zielgruppengerichtete Konzepte in den Bereichen Ernährungskommunikation, -aufklärung und -bildung entwickeln.





INHALTE

- Grundlagen der Ernährungsphysiologie
- Prinzipien gesunder Ernährung nach der DGE
- Grundlagen Ernährungsformen und -trends
- Überblick Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Ernährungsverhalten von Bevölkerungsgruppen und deren Ursachen
- Empfehlungen und Leitlinien im Bereich Ernährung
- psychologische Modelle zum Essverhalten
- Appetit- und Sättigungsregulation
- Entwicklung des Essverhaltens
- Formen gestörten Essverhaltens
- psychologische Aspekte von Übergewicht und Adipositas
- Konzeption ernährungsbezogener Präventionsangebote

BESONDERS INTERESSANT FÜR

- Apotheker:innen
- Heilpraktiker:innen
- Physiotherapeut:innen
- therapeutisch tätige Personen im Bereich Sport und Fitness
- Gesundheits- und Krankenpfleger:innen
- Übungsleitende und Trainer:innen
- Mitarbeitende in Krankenkassen, Verbänden und Organisationen

HOCHSCHULZERTIFIKAT

Bei erfolgreicher Bearbeitung der **Fallaufgabe** gilt der Zertifikatskurs als erfolgreich bestanden. Sie erhalten ein Zertifikat mit **5 Credits**.

KURS 980 ZFU-NR. 148412C

Kursdauer	4 Monate
Studienmaterial	4 Studienhefte (Print und digital) und zusätzlich eingebundene Fachartikel, Zugang u. a. zu den Zeitschriften Prävention und Gesundheitsförderung
Prüfung	1 Fallaufgabe
Hochschulzertifikat	erfolgreiche Bearbeitung der Fallaufgabe
Kursgebühr	168,- €/Monat = 672,- €
Online-Variante	156,- €/Monat = 624,- €
Beginn	jederzeit

KURSSTRUKTUR

4 Monate Selbststudium + Fallaufgabe
 Hochschulzertifikat ▶ 5 Credits





ZERTIFIKATSKURSE AUF EINEN BLICK

Alle Kurse finden Sie auf www.apollon-hochschule.de

**KURS-CREDITS
SIND AUF EIN
STUDIUM
ANRECHENBAR**



Jetzt anmelden

www.apollon-hochschule.de/online-kursanmeldung

LERNZEIT PRO WOCHE: ca. 10 bis 15 Stunden

LERNFORM: Sie bilden sich mit einem Mix aus Studienheften (print und digital), Online-Lernen, tutorieller Betreuung und ggf. mit Seminaren weiter. Bei der **Online-Variante** erhalten Sie nur digitales Material und kein Studienpaket nach Hause zugesendet.

ZERTIFIKAT: Nach regelmäßiger Teilnahme und erfolgreich bestandenen Prüfungen erhalten Sie ein Hochschulzertifikat. Bei nicht bestandener Prüfung, aber aktiver Teilnahme, erhalten Sie auf Wunsch eine Teilnahmebestätigung.

ANRECHNUNG VON CREDITS: Bei inhaltlicher Vergleichbarkeit können Sie die hier erworbenen Credits auf ein späteres Studium an der APOLLON oder einer anderen Hochschule anrechnen lassen. Die Teilnahme an optionalen Seminaren ist für eine Anrechnung obligatorisch. Eine Anrechnungsliste zu den APOLLON Studiengängen finden Sie auf unserer Website unter **Studienservice/Anrechnung von Leistungen**.

KURSDAUER: Wir verlängern Ihre Betreuungszeit um jeweils die Hälfte der Kurszeit kostenfrei.

TESTEN: Jeden Kurs können Sie vier Wochen kostenlos testen!

IHR VORTEIL: Über die gesamte Kursdauer haben Sie über unsere Online-Bibliothek Zugriff auf eine Vielzahl an nationalen und internationalen Fachbüchern renommierter Verlage.