

PARACELSUS

die Gesundheitsakademien

Adobe Stock | Kuchnerov

Die Ausbildung zum/zur Ernährungsberater/in ist ganzheitlich orientiert. Ein/e ganzheitliche/r oder holistische/r Ernährungsberater/in betrachtet das Ernährungsverhalten des Menschen in der Gesamtheit von Körper, Geist und Seele. Er/Sie berücksichtigt individuelle Lebensumstände, Arbeitsbedingungen und beleuchtet, was, wie und warum wir essen.

Unsere Ausbildungsinhalte basieren auf dem neuesten Stand der Wissenschaft. Hierbei beziehen wir die Erkenntnisse und Erfahrungen der Naturheilkunde mit ein.

Mit der Qualifikation zum/zur Ernährungsberater/in können Sie in einer Vielzahl von Gesundheitseinrichtungen, Fitness- und Wellness-Instituten, Unternehmen und Bildungsstätten tätig werden. Sie bietet auch eine interessante Möglichkeit der Selbstständigkeit. Umfassende Einblicke in die Inhalte, Ziele und Chancen der Ausbildung erhalten Sie bei unseren kostenlosen und unverbindlichen Infoveranstaltungen. Sie sind hierzu herzlich eingeladen. Aktuelle Termine finden Sie unter www.paracelsus.de.

Ob in Präsenz oder als Online-Ausbildung: Bei Paracelsus profitieren Sie vom langjährigen Expertenwissen unserer Dozenten/innen. Starten Sie jetzt in Ihre neue berufliche Zukunft!

Infos auf paracelsus.de



Deutsche Paracelsus Schulen für Naturheilverfahren GmbH

Europas Ausbildungsinstitut Nr. 1 für Naturheilkunde und Psychotherapie

Zentrale:
Pastor-Klein-Straße 17e
56073 Koblenz
Tel.: 0261 - 952 52 0
Fax: 0261 - 952 52 11

www.paracelsus.de



Die Paracelsus Schulen sind durch die HZA als Ausbildungs-Maßnahmenträger nach den Richtlinien der AZAV qualitätsgeprüft und zertifiziert.

Art.-Nr.: Parawerb018 | Stand März 2025

FACHAUSBILDUNG ERNÄHRUNGSBERATER/IN



Adobe Stock | Tapac Haraphatik



PARACELSUS

die Gesundheitsakademien

Gesunde Ernährung ist heutzutage weit mehr als ein Trend. Sie bildet die Grundlage für körperliches und geistiges Wohlbefinden. Durch den gesellschaftlichen Wertewandel, in dem Gesundheit und eine ausgewogene Ernährungsweise immer wichtiger werden, gewinnt auch der Beruf des/der Ernährungsberaters/in an Bedeutung. Außerdem wird durch die steigende Zahl ernährungsbedingter Erkrankungen wie Diabetes, Übergewicht und Herz-Kreislauf-Erkrankungen der Bedarf an professioneller Beratung größer denn je.

Mit der Ausbildung zum/zur Ernährungsberater/in bei Paracelsus erhalten Sie umfangreiches Fachwissen, Menschen bei ihrer Ernährungs-umstellung zu beraten und zu begleiten. Auch kritische Verbraucher, die mehr über ihr Essen und dessen Inhaltsstoffe wissen wollen, können Sie kompetent informieren und aufklären.

Sie erlernen alles Wissenswerte über die menschliche Anatomie und Physiologie des Verdauungstrakts, den Energiehaushalt des Körpers und die Ernährung verschiedener Bevölkerungsgruppen.



Ausbildungsinhalte

1. Anatomie und Physiologie
Zelle und Zellstoffwechsel
Verdauungssystem
Immunktion des Verdauungssystems
2. Nährstoffe und Nahrungsbestandteile
Kohlenhydrate
Fette
Eiweiße
Vitamine
Spurenelemente
Cholesterin
Alkohol
Sekundäre Pflanzeninhaltsstoffe
Ballaststoffe
3. Lebensmittelkunde
Aufbau der Hauptnahrungsmittel
Beispiele für Lebensmittel mit hohem Nährstoffgehalt
Lebensmittelmanipulation
4. Ganzheitliche Ernährungslehre 1
Chinesische Ernährungslehre nach den Fünf Elementen
5. Vollwerternährung
Entwicklung der Vollwertkost
6. Fasten
Entlastungstage
Methoden, Anwendungsgebiete, psychologische Begleitung
7. Pathologie und Diätetik 1
Magen
Dünndarm
Dickdarm
Leber
Gallenblase
Exokriner Pankreas
8. Symbioselenkung
Darmsanierung
9. Ernährungshinweise für Sondergruppen
Säuglinge, Kleinkinder, Schwangere, Stillende, Sportler, Senioren
10. Ernährungsberatung 1
Check-up: Individuelle Nährstoffanalyse
Erstellen eines Ernährungsprotokolls
Analyse von Mangelzuständen und entsprechende Beratung

11. Ganzheitliche Ernährungslehre 2
Ernährung nach den Richtlinien des Ayurveda
12. Pathologie und Diätetik 2
Herz und Kreislauf
Gefäßsystem
Haut
Stützapparat
13. Nahrungsmittelallergien/-unverträglichkeiten
Physiologie und psychologische Hintergründe
Kinesiologische Tests auf Nahrungsmittelallergene
14. Heilkräuter und Gewürze
In der Küche
Wirkweisen
15. Vegetarismus
Ernährungspläne
16. Ernährungsberatung 2
Check-up: Essverhalten
Erweiterung des Ernährungstagebuchs
Anleitung zur Selbstreflexion
Auswertung und Entwicklung alternativer Verhaltensweisen
17. Ganzheitliche Ernährungslehre 3
Ernährung nach Hildegard von Bingen
18. Pathologie und Diätetik 3
Nieren
Stoffwechselerkrankungen
Tumorerkrankungen
19. Gesund abnehmen
Vorstellung der Trenddiäten zur Gewichtsreduktion
Vollwertige, fettreduzierte Ernährungsweise plus Sport
Ganzheitliche Ernährungsweisen zur Gewichtsreduktion
Weitere Hilfsmittel zum gesunden Abnehmen
20. Ernährungsberatung 3
Methodik und Didaktik der Ernährungsberatung
21. Ernährung und Psyche
Psychogene Essstörungen
Diätwahn
Essen als Schutz und Panzer
Einführung in sanfte Körperarbeit
Einsatz von künstlerischem Selbstausdruck

Die Fachausbildung wird mit einer Prüfung abgeschlossen.