



# ErnährungsCoach mit DIPLOMA

## Beschreibung

Interessieren Sie sich für das aktuelle Thema Ernährung mit all seinen Facetten? Eignen Sie sich vertiefte Kenntnisse an, die Sie entweder im Alltag für sich und Ihre Familie anwenden oder auch beruflich umsetzen können.

Bei der praxisorientierten Ausbildung holen Sie sich die notwendigen Rezepte, um Ihr Umfeld oder Ihre Kund/innen im Hinblick auf eine gesunde Ernährung individuell zu beraten. Das vermittelte Wissen beinhaltet auch wichtige Themen wie Nachhaltigkeit, Haushaltsbudget, Leistungsfähigkeit und neueste wissenschaftliche Erkenntnisse, die Sie bei Ihrer beratenden Tätigkeit unterstützen. Sie können für gesunde Kinder, Jugendliche, Erwachsene, Freizeitsportler/innen und Senior/innen persönliche und lösungsorientierte Ernährungs-Coachings anbieten.

Durch den gesamtschweizerischen Standard gewinnt das DIPLOMA ErnährungsCoach an Bedeutung und garantiert Ihnen eine einheitliche Qualität.

## Inhalt

Die Ausbildung ErnährungsCoach vermittelt vertieftes und praxisnahes Wissen.

- Ernährung Grundlagen (36 Lektionen)
- Ernährung Vertiefung (28 Lektionen)
- Anatomie und Physiologie (8 Lektionen)
- Ernährung und Psyche (8 Lektionen)
- Nachhaltigkeit und Gesellschaft (16 Lektionen)
- Beratung (40 Lektionen)

## Voraussetzung

- Abgeschlossene Berufsausbildung oder Mittelschulabschluss
- Mindestalter 18 Jahre
- Gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift, mindestens auf Niveau B2
- PC-Anwenderkenntnisse (während der Ausbildung wird mit der Lernplattform Moodle gearbeitet)
- Interesse an Ernährungsfragen und Freude an der Beratung von Menschen
- Durch Arzt/Ärztin attestiertes Gesundheitszeugnis (als Beilage zur Anmeldung)

Auf Wunsch erhalten Sie einen Termin für ein persönliches Beratungsgespräch.

## Zielgruppe

- Personen, die sich für das Thema Ernährung und seine Zusammenhänge interessieren

## Klubschule Migros Aarau

Tel. +41 58 568 98 00

Bleichemattstrasse 42  
5000 Aarau

klubschule.aarau@migrosaare.ch  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)





# ErnährungsCoach mit DIPLOMA

- Mütter und Väter
- Mitarbeitende von Alters- und Pflegeheimen, Krippen, Horten, Kindertischen, Lehrer/innen, Kindergärtner/innen
- Drogist/innen, Apotheker/innen, Pharmaassistent/innen, medizinische Praxisassistent/innen, Pflegefachpersonen
- Bewegungs- und Entspannungsfachpersonen
- Kosmetiker/innen
- Gastronomie-Mitarbeitende
- Psycholog/innen

## Lernziele

Am Ende dieser Ausbildung sind Sie in der Lage,

- Ernährungs-Coachings für gesunde Personen in verschiedenen Lebensphasen und Situationen anzubieten.
- Einkaufs-, Koch- und Essverhalten kritisch zu beurteilen und es bezüglich Nachhaltigkeit und Gesundheit zu optimieren.
- die aktuellsten Informationen zum Thema Ernährung und Gesundheit zu bewerten und direkt in die Coachings zu integrieren.
- mit dem individuell vorhandenen Haushaltsbudget ein gesundes und nachhaltiges Menu zusammen zu stellen.
- praxisorientierte Kompetenzen in den Bereichen Zubereitung, Lagerung und Restverwertung weiterzugeben.

## Methodik/Didaktik

- Lehrgespräch und Demonstration
- Fallbeispiele
- Übungslektionen (Beratungen)
- Selbstlernzeit
- Einsatz von Büchern, elektronischen Hilfsmitteln (Apps, Internet) und Lernplattform
- Theoretische und praktische Prüfung

## Abschluss

Nach erfolgreichem Abschluss erhalten Sie das DIPLOMA ErnährungsCoach der Klubschule Migros.

## Klubschule Migros Aarau

Tel. +41 58 568 98 00

Bleichemattstrasse 42  
5000 Aarau

[klubschule.aarau@migrosaare.ch](mailto:klubschule.aarau@migrosaare.ch)  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)





# ErnährungsCoach mit DIPLOMA

## Anschluss- Fortsetzungsangebote

Den Absolventinnen und Absolventen der Ausbildung ErnährungsCoach bieten wir spezifische Weiterbildungen in Ernährung, Bewegung und Entspannung an.

Als ErnährungsCoach mit DIPLOMA können Sie nach erfolgreich absolviertem Aufnahmeverfahren in die ganzheitliche Ausbildung Ernährungs- Psychologische Beratung IKP einsteigen. Im Anschluss bietet sich die Möglichkeit eine höhere Fachprüfung zu absolvieren und den Titel "Berater/in im psychosozialen Bereich mit eidg. Diplom" zu erlangen. Weitere Infos: [www.ikp-therapien.com](http://www.ikp-therapien.com)

## Zusatzinfo

- Auf Wunsch haben Sie die Möglichkeit, die Ausbildung ohne das Fach Beratung und ohne Prüfung zum Preis von CHF 2'880.00 zu besuchen. Nach dieser verkürzten Ausbildung erhalten Sie ein Zertifikat.
- Für die Prüfungsdaten verlangen Sie bitte den detaillierten Datenplan.
- Annullationskostenversicherung: Riskieren Sie nichts und sichern Sie Ihr Kursgeld ab! Mit unserer Partnerin, der ERV, sind Sie während der Ausbildungszeit optimal gegen unvorhergesehene Ereignisse versichert. Weitere Informationen zur Annullationskostenversicherung finden Sie [hier](#) .

## Nächste Schritte

Haben Sie Fragen? Dann besuchen Sie unsere Informationsveranstaltungen oder vereinbaren Sie unter 0844 844 900 ein kostenloses und umfassendes Beratungsgespräch. Auf unserer Website erfahren Sie, welche Ausbildungen wo und wann stattfinden: [www.klubschule.ch](http://www.klubschule.ch)

<b>Datum</b>	25.10.2019 - 03.04.2020 / 1K_181036
<b>Zeit</b>	Zeit unregelmässig
<b>Wochentage</b>	Fr
<b>Dauer</b>	Total 136.00 Lektion(en)
<b>Preis</b>	CHF 4,080.00 exklusive Fachliteratur ca. CHF 200.00

## Klubschule Migros Aarau

Tel. +41 58 568 98 00

Bleichemattstrasse 42  
5000 Aarau

[klubschule.aarau@migrosaare.ch](mailto:klubschule.aarau@migrosaare.ch)  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)





# ErnährungsCoach mit DIPLOMA

**Durchführungsort** Bleichemattstrasse 42, 5000 Aarau

<b>Termine</b>	<b>Tag</b>	<b>Datum</b>	<b>Zeit</b>
	1 Fr	25.10.2019	08:30 - 12:20
	2 Fr	25.10.2019	13:10 - 17:00
	3 Fr	01.11.2019	08:30 - 12:20
	4 Fr	01.11.2019	13:10 - 17:00
	5 Fr	08.11.2019	08:30 - 12:20
	6 Fr	08.11.2019	13:10 - 17:00
	7 Fr	15.11.2019	08:30 - 12:20
	8 Fr	15.11.2019	13:10 - 17:00
	9 Fr	22.11.2019	08:30 - 12:20
	10 Fr	22.11.2019	13:10 - 17:00
	11 Fr	29.11.2019	08:30 - 12:20
	12 Fr	29.11.2019	13:10 - 17:00
	13 Fr	06.12.2019	08:30 - 12:20
	14 Fr	06.12.2019	13:10 - 17:00
	15 Fr	13.12.2019	08:30 - 12:20
	16 Fr	13.12.2019	13:10 - 17:00
	17 Fr	20.12.2019	08:30 - 12:20
	18 Fr	20.12.2019	13:10 - 17:00
	19 Fr	17.01.2020	08:30 - 12:20
	20 Fr	17.01.2020	13:10 - 17:00
	21 Fr	24.01.2020	08:30 - 12:20
	22 Fr	24.01.2020	13:10 - 17:00
	23 Fr	31.01.2020	08:30 - 12:20

**Klubschule Migros Aarau**

Tel. +41 58 568 98 00

Bleichemattstrasse 42  
5000 Aarau

[klubschule.aarau@migrosaare.ch](mailto:klubschule.aarau@migrosaare.ch)  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)





# ErnährungsCoach mit DIPLOMA

Termine	Tag	Datum	Zeit
	24 Fr	31.01.2020	13:10 - 17:00
	25 Fr	14.02.2020	08:30 - 12:20
	26 Fr	14.02.2020	13:10 - 17:00
	27 Fr	21.02.2020	08:30 - 12:20
	28 Fr	21.02.2020	13:10 - 17:00
	29 Fr	28.02.2020	08:30 - 12:20
	30 Fr	28.02.2020	13:30 - 17:00
	31 Fr	06.03.2020	08:30 - 12:20
	32 Fr	06.03.2020	13:10 - 17:00
	33 Fr	13.03.2020	08:30 - 12:20
	34 Fr	13.03.2020	13:10 - 17:00

**Klubschule Migros Aarau**

Bleichemattstrasse 42  
5000 Aarau

Tel. +41 58 568 98 00

[klubschule.aarau@migrosaare.ch](mailto:klubschule.aarau@migrosaare.ch)  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)

