

Ausbildungen und Fachfortbildungen rund um das Thema Ernährung



Isolde Richter
Naturheilschule

Onlineschule



Ernährung, Vitalstoffe & Nahrungsergänzungsmittel

Inhalt

	Seite
Ernährungs- und Gesundheitsberater/-in	3
Ernährungsberater/-in für vegetarische und vegane Ernährung.....	8
Vitalstoffberater/-in	9
Fachfortbildung Fastenleiter	12
Fachfortbildungen Ernährung und Mikronährstoffe in der Schmerztherapie.....	13
Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Nahrungsmittelallergien	14
Ernährung, Vitalstoffe und Naturheilkunde bei Depressionen.....	15
Adipositas-Prävention und Therapie (Fachfortbildung Ernährung und Vitalstoffe).....	15
Ernährung bei Diabetes.....	16
Ernährung bei Krebserkrankungen.....	17
Ernährung und Vitalstoffe für Kinderwunschphase.....	17
Ernährung und Vitalstoffe für Schwangerschaft und Stillzeit	18
Ernährung für Säuglinge und Kleinkinder.....	18

Melden Sie sich jederzeit bei uns, wir betreuen jeden Schüler
persönlich und individuell.

☎ 07644 /92 78 83-0

Da wir unsere Kursangebote laufend aktualisieren und erweitern kann es sein, dass die hier im Prospekt aufgeführten Termine und Preise nicht mehr korrekt sind.

Die Termine und Preise auf der Homepage sind verbindlich.

Impressum

Herausgeber: Isolde Richter Naturheilschule
Üsenbergerstraße 11 + 13, 79341 Kenzingen
Tel: 07644 - 92 78 83 - 0
Fax: 07644 - 92 78 83 - 40
E-Mail: info@isolde-richter.de
www.isolde-richter.de
Stand: Februar 2024



TOP FERNSCHULE Award 2023
FernstudiumCheck.de

FERNSTUDIUM
★★★★★ CHECK.de

Wir wurden ausgezeichnet!

Isolde Richter
Naturheilschule



Onlineschule

Aus- und Weiterbildungen rund um das Thema Ernährung

Als Ernährungsberater eröffnet sich Ihnen ein weites Betätigungsfeld mit vielen Möglichkeiten. Sie werden Experte in Sachen gesunde Ernährung und unterstützen Menschen bei der Vorbeugung von Krankheiten. Als Heilpraktiker können Sie die Erkrankungen Ihrer Patienten auch mit Ernährungstherapie begleiten.

Fachkenntnisse und Qualifikation

Die Ausbildung und Berufsbezeichnung Ernährungsberater

ist in Deutschland nicht geschützt. Eine gute Qualifikation ist besonders wichtig, auch um sich gegen Mitbewerber auf dem Markt behaupten zu können.

Wir bieten neben einer Online-Ausbildung zum zertifizierten Ernährungs- und Gesundheitsberater eine Vielzahl von Webinaren rund um das Thema Ernährung an. Damit können Sie sich umfassend auf Ihre kommende Tätigkeit als Berater vorbereiten oder als Heilpraktiker Ihre Patienten mit Ernährungstherapie unterstützen.

Ausbildung / Zertifikat	Ernährungsberater	Ernährungs- und Gesundheitsberater	Ernährungsberater für vegetarische und vegane Ernährung	Vitalstoffberater
Erforderliche Blöcke				
Block 1 (für alle gleich) Ernährungslehre	✓	✓	✓	✓
Block 2 Ernährungsformen & Ernährungsberatung	✓	✓		
Block 3 Gesundheitsberatung		✓		
Block 2 Einführung, Grundlagen und Praxis			✓	
Block 2 Basiswissen Mikronährstoffe und Nahrungsergänzungsmittel				✓
Block 3 Meisterkurs Orthomolekulare Medizin				✓
	Online-Abschlussprüfung und Hausarbeit	Online-Abschlussprüfung und Hausarbeit	Online-Abschlussprüfung und Hausarbeit	Online-Abschlussprüfung und Hausarbeit
	Gesamtpreis: 1.075 € Stunden: 54	Gesamtpreis: 1.265 € Stunden: 63	Gesamtpreis: 860 € Stunden: 42	Gesamtpreis: 995 € Stunden: 50
Bereits absolvierte Blöcke werden angerechnet und müssen nicht nochmal besucht (bezahlt) werden!				



GANZHEITLICHER ERNÄHRUNGS- UND GESUNDHEITSBERATER (EB, GB)

Zertifizierte Ausbildungen

Dozentin: Gudrun Nebel, Heilpraktikerin, Ernährungs- und Gesundheitsberaterin
Kursart: Webinar (Online-Schulung) 5 Blöcke
Kursort: Ihr PC oder Laptop
Adressaten: Alle, die gerne als Ernährungs- oder Gesundheitsberater arbeiten möchten, Heilpraktiker, Heilpraktikeranwärter



Die richtige Ernährung beeinflusst unser Wohlbefinden und unsere Verfassung und trägt damit wesentlich dazu bei, dass wir gesund bleiben und uns fit fühlen.

Die **Ernährungsberatung** wendet sich in erster Linie an Gesunde. Als Berater bieten Sie Ihren Klienten allgemeine Informationen und individuelle Entscheidungshilfen an z. B. zu Nahrungsmitteln, Genussmitteln, Essverhalten oder Ernährungsformen. Sie arbeiten präventiv und helfen, Erkrankungen vorzubeugen.

Erreichen Sie mit unserem Webinar Ihr Ziel, selbstständig in der eigenen Praxis als Ernährungscoach und/oder Gesundheitsberater zu arbeiten.

Die **Ernährungstherapie** wendet sich an Kranke. Nach Abschluss unserer Ausbildung können Sie als Heilpraktiker/in für ihre Patienten ein therapeutisches Gesamtkonzept erstellen bei ernährungsabhängigen Erkrankungen oder krankheitsbedingten Ernährungsproblemen.

Wir vermitteln Ihnen ein fundiertes, gründliches Basiswissen und zeigen unterschiedliche Aspekte zu den Themen Nahrungsmittel, Lebensmittel, konventionelle und ökologische Herstellung sowie Erkenntnisse der wissenschaftlichen Forschungen auf.

Ausbildungsbeginn

Ein Einstieg in diese Ausbildung ist mit jedem Block möglich, da die Blöcke unabhängig voneinander verschiedene Themen behandeln. Sie können die Blöcke auch einzeln sowie in beliebiger Reihenfolge besuchen.

Block 1+2 = Ausbildung zum Ernährungsberater (mit Zertifikat)
Block 1-3 = Ausbildung zum Ernährungs- und Gesundheitsberater (mit Zertifikat)

Skript

Sie erhalten zu den einzelnen Blöcken ein Teilskript als kostenlosen Download in Ihrem E-Learning. Das Gesamtskript (Ernährungsberater) ist in unserem Partner-Shop erhältlich.

Aufzeichnungen

Die Schulungen können Sie wahlweise als Live-Webinar besuchen oder ganz individuell die Schulungsmitschnitte nutzen. In unserem E-Learning-System stehen Ihnen die Mitschnitte der Schulungen bis 12 Monate nach dem letzten Termin zur Verfügung.

Seminarprüfungen

Die Ausbildung beinhaltet zwei Prüfungen: Ernährungsberater (nachdem Sie die Blöcke 1 und 2 besucht haben, unabhängig in welcher Reihenfolge) und Gesundheitsberater (nachdem Sie zusätzlich auch Block 3 besucht haben).

Kostenlos Probelernen

Wir laden Sie herzlich ein, an einer Live-Schulung unverbindlich teilzunehmen!

Prüfung & Zertifikat

Zertifikat: Mit erfolgreichem Abschluss der gesamten Ausbildung kann das Zertifikat erworben werden: Zertifikatsvoraussetzung ist die

- Teilnahme an den Online-Schulungen (bzw. Aufzeichnungen) der Ausbildungsblöcke
1 und 2 = Ernährungsberater bzw.
1 bis 3 = Ernährungs- und Gesundheitsberater
- das Bestehen der Online-Abschlussprüfung(en),
- das Ausfüllen eines Anamnesebogens sowie
- die schriftliche Ausarbeitung einer Ernährungsberatung.



GANZHEITLICHER ERNÄHRUNGS- UND GESUNDHEITSBERATER (EB, GB)

Termine & Preise

Blöcke 1 und 2: Ernährungsberater

Blöcke 1 bis 3: Ernährungs- und Gesundheitsberater

Die Blöcke können einzeln und in unterschiedlicher Reihenfolge gebucht werden, da sie thematisch voneinander getrennt sind.

Block 1

Der letzte Kurs ist als Aufzeichnung buchbar.

oder

18:30 bis 20:00 Uhr

1. Donnerstag, 11.04.2024
2. Donnerstag, 18.04.2024
3. Donnerstag, 25.04.2024
4. Donnerstag, 16.05.2024
5. Donnerstag, 23.05.2024
6. Donnerstag, 06.06.2024
7. Donnerstag, 13.06.2024
8. Donnerstag, 20.06.2024
9. Donnerstag, 11.07.2024
10. Donnerstag, 18.07.2024
11. Donnerstag, 25.07.2024
12. Donnerstag, 01.08.2024
13. Donnerstag, 29.08.2024
14. Donnerstag, 05.09.2024
15. Donnerstag, 12.09.2024
16. Donnerstag, 19.09.2024

oder

Start: 14.11.2024

485 €

Block 2

Der letzte Kurs ist als Aufzeichnung buchbar.

oder

20.15 bis 21.45 Uhr

1. Donnerstag, 11.04.2024
2. Donnerstag, 18.04.2024
3. Donnerstag, 25.04.2024
4. Donnerstag, 16.05.2024
5. Donnerstag, 23.05.2024
6. Donnerstag, 06.06.2024
7. Donnerstag, 13.06.2024
8. Donnerstag, 20.06.2024
9. Donnerstag, 11.07.2024
10. Donnerstag, 18.07.2024
11. Donnerstag, 25.07.2024
12. Donnerstag, 01.08.2024
13. Donnerstag, 29.08.2024
14. Donnerstag, 05.09.2024
15. Donnerstag, 12.09.2024
16. Donnerstag, 19.09.2024
17. Donnerstag, 26.09.2024
18. Donnerstag, 10.10.2024
19. Donnerstag, 17.10.2024
20. Donnerstag, 24.10.2024

590 €

Block 3

Der letzte Kurs ist als Aufzeichnung buchbar.

oder

18.30 bis 20.00 Uhr

1. Donnerstag, 26.09.2024
2. Donnerstag, 10.10.2024
3. Donnerstag, 17.10.2024
4. Donnerstag, 24.10.2024
5. Donnerstag, 31.10.2024
6. Donnerstag, 07.11.2024

190 €

Isolde Richter
Naturheilschule

Onlineschule



GANZHEITLICHER ERNÄHRUNGS- UND GESUNDHEITSBERATER (EB, GB)

Block 1: Ernährungslehre & Ernährungsberatung

In diesem Block werden alle erforderlichen theoretischen Kenntnisse vermittelt, um einen kompetenten Einblick in die heutige Human-Ernährung zu erhalten.

Basiswissen und unterschiedliche Aspekte zu den Themen Nahrungsmittel, Lebensmittel, konventionelle und ökologische Herstellung, wissenschaftliche Forschungen, Nahrungs- und Industrieprodukte, Produktschulung.

Dieses Wissen ist in der Ernährungstherapie unerlässlich, um komplexe Vorgänge so erklären zu können, dass der Patient sie versteht und so die Wichtigkeit der richtigen Ernährung zu erfassen.

Teil 1: Die Struktur unserer Nahrung

- Kohlenhydrate, Fette und Eiweiß
- Zucker und Stärke
- Fett ist nicht gleich Fett
- Pflanzliches und tierisches Eiweiß
- Vitalstoffe
- Zusatzstoffe in der Nahrung
- Schadstoffe in der Nahrung

Teil 2: Die Grundnahrungsmittel

- Getreide
- Fette
- Milch
- Wasser

Teil 3: Die Genussmittel

- Kaffee und Tee
- Alkohol und Nikotin
- Zucker und Süßstoffe

Teil 4: Die Nahrungsmittel-Industrie

- Industriezucker
- Industriell hergestellte Fette
- Gentechnik
- Werbung
- Biologischer Landbau und dessen Produkte

Teil 5: Spezialthemen

- Industriezucker
- Jod und Fluor
- Mikrowelle
- Nahrungsergänzungsmittel
- Gewürze und Kräuter

Teil 6: Die menschlichen Verdauungsorgane und der Stoffwechsel

- Aufbau und Funktion des Verdauungstrakts
- Zelle, Zellaufbau, Zellstoffwechsel

Teil 7: Die Lebensmittel-Verpackung

- Material
- Beschriftung

Teil 8: Essstörungen und Sucht

- Anorexie
- Bulimie
- Binge Eating
- Suchtmittel, wie Zucker, Alkohol, Nikotin

Teil 9: Gesprächsführung und Kommunikation

- Beratungsablauf
- überzeugende Beratungsgespräche
- Rahmenbedingungen

Teil 10: Präsentation

- Seminare, Vorträge, Infoveranstaltungen
- Mindmap und Powerpoint
- Stimmtechnik, Rhetorik, Auftritt

Teil 11: Werbung und Marketing

- Strategien, Kampagnen, Werbeplan, Budget
- Flyer, Website, Visitenkarte
- rechtliche Grundlagen



GANZHEITLICHER ERNÄHRUNGS- UND GESUNDHEITSBERATER (EB, GB)

Block 2: Ernährungsformen & Ernährungsberatung

Teil 1: Kostformen als alternative Ernährungsformen

- Vollwertkost
- Vegetarische und Vegane Kost
- Trennkost
- Die Evers-Kost
- Sonnenkost
- Bircher-Benner
- Das Waerland-System

Teil 2: Die Ernährungslehren

- Ayurveda
- TCM
- Die Ernährung der heiligen Hildegard
- Makrobiotik
- Anthroposophische Ernährungslehre

Teil 3: Heutige Ernährungsprogramme

- Metabolic Balance
- Weight Watchers
- Blutgruppen-Diät
- FX-Mayr-Kur
- Low Carb-Diäten
- FDH
- Low Fat
- Rotationsdiät
- Apfelessig
- Brainfood
- Ich-Diäten

Teil 4: Diätpraxis

- Schlacken
- Übersäuerung

- Trinken
- Jo-Jo-Effekt

Teil 5: Die richtige Ernährung für

- Schwangerschaft und Stillzeit
- Säuglinge und Kleinkinder, Schulkinder und Jugendliche
- Ältere Menschen
- Sportler

Teil 6: Ernährung bei Krankheit

- Herzinfarkt, Herz-, Gefäß- und Kreislauferkrankungen
- Adipositas
- Rheuma und Erkrankungen des Bewegungsapparates
- Diabetes
- Allergien
- Kopfschmerzen, Migräne, Schlaflosigkeit
- Infektanfälligkeit und Viruserkrankungen
- Schilddrüsenerkrankungen
- Erkrankungen an Leber und Galle
- Erkrankungen von Magen, Darm u. Bauchspeicheldrüse

Teil 7: Praktische Ernährungsberatung

- Anamnese
- Erstellung und Auswertung eines Patienten-Fragebogens
- Erstellung eines Ernährungsplans
- Motivationshilfen zur Ernährungsumstellung
- Fallbeispiele
- Rollenspiele

Teil 8: Küchenpraxis

- Regionale und saisonale Produkte
- Rezepte

Block 3: Gesundheitsberatung

Der Gesundheitsberater wird heute als kompetenter Ansprechpartner in vielen Bereichen der Gesundheitsförderung angesehen. Dazu benötigen die Teilnehmer das Wissen eines Ernährungsberaters aus den Blöcken A bis D. Zusätzlich fließen die Kriterien der Lebensführung und der Umwelt ein, ein breites Spektrum, das jetzt bereits mittels Gesundheitsberater in verschiedenen Abteilungen von Kliniken, Erwachsenenbildung oder Krankenkassen zum Einsatz kommt.

1. Gesundheit und Alltag

- Kleidung
- Haut, Haare, Kosmetik
- Wohnen
- Energie
- Umwelt

2. Krank durch Lebenssituationen

- Psychologische Grundlagen
- Fallbeispiele anhand von Fritz Riemann 'Grundformen der Angst'
- Träume
- Entspannung und Entspannungsmethoden

3. Bewegung

- Yoga
- Feldenkrais
- Tai Chi

4. Ganzheitliche Anamnese

- Ablauf
- Anamneseplan

5. Überblick über die Naturheilverfahren

- Einführung in Kneipptherapie
- Einführung in die Aromatherapie
- Einführung in die Bachblütentherapie

Isolde Richter
Naturheilschule

Onlineschule



ERNÄHRUNGSBERATER /-IN

FÜR VEGETARISCHE UND VEGANE ERNÄHRUNG

Kursart: Webinar (Online-Schulung)
Kursort: Ihr PC oder Laptop
Adressaten: Heilpraktiker, Heilpraktikeranwärter, Heilpraktiker für Psychotherapie (-Anwärter), Ärzte, Berater
Termine und Preise: s. bei einzelnen Blöcke

Kursinhalte und -ziele

Sie interessieren sich für vegetarische und/oder vegane Ernährung und möchten der immer größer werdenden Gruppe der Vegetarier und Veganer mit Experten-Wissen zu dieser Ernährungsform zur Seite stehen? Dann lassen Sie sich hier zum zertifizierten Ernährungsberater für Vegetarier und Veganer ausbilden und lernen Sie, wie man sich rein pflanzlich, ohne Mangelerscheinungen ernähren kann und worauf zu achten ist, damit die Gesundheit nicht leidet.

Nach dem Besuch dieser Ausbildung können Sie Menschen, die sich vegan / vegetarisch ernähren (möchten), umfassend beraten, wie sie diese Ernährungsform gesund und individuell umsetzen können.

Sie haben schon eine Ausbildung als Ernährungsberater absolviert? Dann können Sie mit dieser Fachfortbildung das Zusatz-Zertifikat zum vegetarischen und veganen Ernährungsberater erlangen.

Block 1: Ernährungslehre & Ernährungsberatung

In diesem Block werden alle erforderlichen theoretischen Kenntnisse vermittelt, um einen kompetenten Einblick in die heutige Human-Ernährung zu erhalten.

Basiswissen und unterschiedliche Aspekte zu den Themen Nahrungsmittel, Lebensmittel, konventionelle und ökologische Herstellung, wissenschaftliche Forschungen, Nahrungs- und Industrieprodukte, Produktschulung. (Details siehe Seite 6)

Termine: Der letzte Kurs ist als Aufzeichnung buchbar. 16 Termine à 90 Minuten
oder 11.04.2024 / 18.04.2024 / 25.04.2024 / 16.05.2024 / 23.05.2024 / 06.06.2024 / 13.06.2024 / 20.06.24 / 11.07.2024 / 18.07.2024 / 25.07.2024 / 01.08.2024 / 29.08.2024 / 05.09.2024 / 12.09.2024 / 19.09.24, jeweils 18:30 - 20:00 Uhr und 31.10.2024 Fragestunde 20:15 - 21:15 Uhr
oder 14.11.2024 / 21.11.2024 / 28.11.2024 / 05.12.2024 / 12.12.2024 / 19.12.2024 / 30.01.2025 / 06.02.25 / 13.02.2025 / 20.02.2025 / 27.02.2025 / 06.03.2025 / 13.03.2025 / 20.03.2025 / 10.04.2025 / 17.04.25, jeweils 18:30 - 20:00 Uhr
Preis: 485 €

Block 2: Einführung, Grundlagen und Praxis

Termine: Der letzte Kurs ist bis zum 14.06.2024 als Aufzeichnung buchbar, 12 Termine à 90 Minuten
oder 25.09.2024 / 09.10.2024 / 16.10.2024 / 23.10.2024 / 30.10.2024 / 6.11.2024 / 13.11.2024 / 20.11.24 / 27.11.2024 / 04.12.2024 / 11.12.2024 / 18.12.2024, jeweils 10:00 - 11:30 Uhr
Preis: 375€

Blockinhalt

- Einführung und Entstehungsgeschichte
- Grundsätze der veganen Ernährung
- Die Mikronährstoffe in der vegetarischen/veganen Ernährung
- Kritische Nährstoffe in der vegetarischen/veganen Ernährung
- Die verschiedenen Lebensmittelgruppen
- Säure-Basen-Haushalt
- Ernährungsbedingte Krankheiten
- Vegetarische/vegane Ernährung in den verschiedenen Lebensphasen

Prüfung & Zertifikat

Zertifikatsvoraussetzung ist die

- Teilnahme an den Online-Schulungen (bzw. Aufzeichnungen) der Ausbildungsblöcke
- Block 1 Ernährungslehre und Ernährungsberatung
- Block 2 Einführung, Grundlagen und Praxis
- das Bestehen der Online-Abschlussprüfung
- das Erstellen einer Hausarbeit.

Isolde Richter
Naturheilschule

Onlineschule



VITALSTOFFBERATERIN / VITALSTOFFBERATER

Zertifizierte Ausbildung

Dozentin:	Gudrun Nebel, Heilpraktikerin, Ernährungs- und Gesundheitsberaterin
Kursart:	Online-Ausbildung (Webinar)
Kursort:	"Ihr heimischer PC"
Adressaten:	Heilpraktiker(Anwärter), Heilpraktiker für Psychotherapie (Anwärter), Ernährungs- bzw. Gesundheitsberater, Fitnesscoaches sowie Personen, die Nahrungsergänzungsmittel (NEM) vertreiben möchten.
Termine:	siehe auf den folgenden 2 Seiten
Preise:	995 €

Unterstützen Sie Ihre Patienten bzw. Klienten professionell mit Ihrem Wissen zu den unzähligen Möglichkeiten und Einsatzgebieten der orthomolekularen Medizin. Mit individuell angepasster Mikronährstoffversorgung schenken Sie ihnen mehr Energie, Ausdauer, Stabilität und Entspannung und tragen so zur Besserung von körperlichen und psychischen Beschwerden bei.

Ideal für Therapeuten und Berater, die in ihrer Praxis mit orthomolekularer Medizin arbeiten oder sich mit dem Vertrieb von Nahrungsergänzungsmitteln und Vitalstoffen ein weiteres berufliches Standbein erschließen möchten.

Sie erhalten im gesamten Kurs ein umfangreiches Wissen zur orthomolekularen Medizin. Mit diesen Kenntnissen können Sie direkt für eine ausreichende Grundversorgung Ihrer Patienten und Klienten im Alltag und in speziellen Lebenslagen, wie Schwangerschaft, Leistungssport oder während psychischer Belastungssituationen sorgen.

Kursaufbau

Im Webinar werden die vielseitigen Anwendungsmöglichkeiten von Vitalstoffen, ihre Bedeutung und der effiziente Einsatz dargestellt.

Unsere Online-Ausbildung Vitalstoffberater umfasst zwei Blöcke zu den Themen **Orthomolekulare Medizin** und **Nahrungsergänzungsmittel**. Außerdem einen Block zur

Ernährungslehre und Ernährungsberatung.

Nach Abschluss dieser 3 Blöcke (in beliebiger Reihenfolge) können Sie die schulinterne Prüfung ablegen und ein Zertifikat erhalten.

Alle Blöcke können je nach Interesse auch einzeln gebucht werden.

Hintergrundinformation

Was sind Vitalstoffe und wie kann ich sie einsetzen?

In unserer täglichen Nahrung befinden sich alle für den Körper unentbehrlichen Mikronährstoffe. Falsche Ernährungsgewohnheiten und die geänderte Zusammensetzung der Lebensmittel führen häufig dazu, dass der Organismus die benötigten Mikronährstoffe nicht ausreichend erhält. Körperliche und psychische Krankheiten können die Folge sein. In der heutigen Zeit sind daher immer mehr Menschen auf eine optimierte Mikronährstoffversorgung angewiesen. Dauernder Stress, Umweltschadstoffe, besondere Lebenssituationen und Krankheiten können zu einem erhöhten Bedarf führen.

Zu den Vitalstoffen (Mikronährstoffe) zählen hauptsächlich Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Enzyme und essentielle Fettsäuren. Diese Bausteine kann unser Körper nicht selbst produzieren. Normalerweise werden Mikronährstoffe bei gesunden Menschen mit einer ausgewogenen Ernährung ausreichend zugeführt. Trotzdem können im Organismus Mangelzustände auftreten und dadurch chronische körperliche und psychische Krankheiten verursachen.

Der Vitalstoffberater beschäftigt sich mit der Zusammensetzung, den Auswirkungen und den speziellen Dosierungen der Mikronährstoffe in unserem Körper.

Personengruppen mit erhöhtem Vitalstoffbedarf sind z. B.

- Menschen unter Stress und psychischen Belastungen
- Sportler oder Menschen, die im Beruf körperlich aktiv sind
- Schwangere / Stillende
- Schulkinder und ältere Menschen
- chronisch Kranke und Menschen, die Medikamente einnehmen müssen
- Auch als Folge von einseitigen Diäten oder speziellen Ernährungsformen treten häufig Mangelzustände auf.
- Nahrungsmittelallergiker

Isolde Richter
Naturheilschule

Onlineschule



Block 1: Ernährungslehre & Ernährungsberatung

In diesem Block werden alle erforderlichen theoretischen Kenntnisse vermittelt, um einen kompetenten Einblick in die heutige Human-Ernährung zu erhalten.

Basiswissen und unterschiedliche Aspekte zu den Themen Nahrungsmittel, Lebensmittel, konventionelle und ökologische Herstellung, wissenschaftliche Forschungen, Nahrungs- und Industrieprodukte, Produktschulung. (Details siehe Seite 6)

Termine:	Der letzte Kurs ist als Aufzeichnung buchbar, 16 Termine à 90 Minuten
oder	11.04.2024 / 18.04.2024 / 25.04.2024 / 16.05.2024 / 23.05.2024 / 06.06.2024 / 13.06.2024 / 20.06.2024 / 11.04.2024 / 18.07.2024 / 25.07.2024 / 01.08.2024 / 29.08.2024 / 05.09.2024 / 12.09.2024 / 19.09.2024, jeweils 18:30 - 20:00 Uhr und 31.10.2024 Fragestunde 20:15 - 21:15 Uhr
oder	14.11.2024 / 21.11.2024 / 28.11.2024 / 05.12.2024 / 12.12.2024 / 19.12.2024 / 30.01.2025 / 06.02.2025 / 13.02.2025 / 20.02.2025 / 27.02.2025 / 06.03.2025 / 13.03.2025 / 20.03.2025 / 10.04.2025 / 17.04.2025, jeweils 18:30 - 20:00 Uhr
Preis:	485 €

Block 2: Basiswissen Mikronährstoffe und Nahrungsergänzungsmittel

Termine:	Der letzte Kurs ist als Aufzeichnung buchbar, 8 Termine à 90 Minuten
Preis:	240 €
oder	16.04.2024 / 23.04.2024 / 14.05.2024 / 22.05.2024 / 28.05.2024 / 04.06.2024 / 11.06.2024 / 18.06.2024, jeweils 19:00 - 20:30 Uhr
Preis:	240 €

Die Ergänzungsstoffe, die in der Orthomolekularen Medizin zur Erhaltung der Gesundheit und zur Behebung von Krankheiten eingesetzt werden, heißen Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Aminosäuren, Fettsäuren und Enzyme.

Mit der Orthomolekularen Medizin werden die Konzentrationen der Substanzen im menschlichen Körper verändert. Damit wird der Mangel ausgeglichen, Gifte können entsorgt werden und freie Radikale werden abgefangen.

- Einführung und Geschichte
- Grundlagen und Einsatzmöglichkeiten
- Antioxidantien und freie Radikale
- Grundlagen der Biochemie
- Die biologische Aktivität
- Der Wasser-Haushalt
- Übersäuerung
- Vitamine
- Mineralstoffe und Spurenelemente
- Aminosäuren
- Fettsäuren

- Enzyme
- Superfoods
- Phytamine
- Nahrungszusätze
- Zusatzmittel in den Mitteln
- Sinnvolle Kombinationstherapien
- Praxisbeispiele



©Fotolia_41705373_cirquedesprit



BLOCK 3 ORTHOMOLEKULARE MEDIZIN - MEISTERKURS

Termine: Der letzte Kurs ist als Aufzeichnung buchbar, 9 Termine à 90 Minuten
oder 17.09.2024 / 24.09.2024 / 08.10.2024 / 15.10.2024 / 22.10.2024 / 29.10.2024 / 05.11.2024 / 19.11.2024 / 26.11.2024 , jeweils 19:00 - 20:30 Uhr
Preis: 270 €

Empfehlenswert für den Besuch des Aufbaukurses Orthomolekulare Medizin ist ein Basiswissen, wie es z. B. in unserem Basiskurs vermittelt wird. Der Besuch dieses Basiskurses ist von Vorteil, jedoch nicht Voraussetzung für die Teilnahme am Aufbaukurs.

Auf dem Themenplan stehen komplexe, akute und chronische Erkrankungen, bei denen die ausreichende Versorgung mit Mikronährstoffen extrem wichtig ist. Sowohl die Labordiagnostik wie auch berührende Mangelursachen werden aufgegriffen. Dies schließt Umweltweinflüsse, wie toxische oder Strahlenbelastungen und Medikamente, mit ein.

Die Ausleitung mittels Mikronährstoffen steht ebenso auf dem Programm, wie die richtige orale Einnahme und die Vorteile der parenteralen Applikation. Die Qualität der Produkte spielt dabei eine große Rolle. Es kommen ausgearbeitete Fallbeispiele aus der Praxis zum Einsatz.

- Herz-Kreislaufkrankungen, Arteriosklerose, Bluthochdruck, Krampfadern, Homocystein, hochdosiertes Vitamin C
- Diabetes Typ I und II, Übergewicht, Stoffwechselerkrankungen
- Stresserkrankungen und Psyche, Burnout, Depression, MS, Alzheimer, Parkinson, ADHS
- Immunstärkung, Immunerkrankungen und biologische Krebstherapie
- Haut, Haare, Nägel und Augen
- Bewegungsapparat, Arthrose, Arthritis, Rheuma, Osteoporose
- Sport, Leistungssport, Doping, Anti-Aging
- Mann und Frau, Schwangere, Stillende, Hormonersatz, hormonelle Regelkreise

Prüfung & Zertifikat

Mit erfolgreichem Abschluss der gesamten Ausbildung kann das Zertifikat erworben werden:

Vitalstofftherapie (für Therapeuten)

Vitalstoffberater (für Teilnehmer ohne Heilerlaubnis)

Zertifikatsvoraussetzung ist die

- Teilnahme an den Online-Schulungen (bzw. Aufzeichnungen) der Ausbildungsblöcke
 - Block 1 Ernährungslehre und Ernährungsberatung
 - Block 2 Basiswissen Mikronährstoffe und Nahrungsergänzungsmittel
 - Block 3 Meisterkurs Orthomolekulare Medizin
- das Bestehen der Online-Abschlussprüfung
- das Erstellen einer Hausarbeit.
- die schriftliche Ausarbeitung einer Vitalstoffberatung oder -therapie.

Empfohlene Literatur
Ich ess' mich gesund.
Die heilende Kraft der heimischen Superfoods von Gudrun Nebel.



FASTENLEITERIN / FASTENLEITER

DURCH FASTEN NEUE KRÄFTE FÜR KÖRPER, SEELE, GEIST!

Kursart:	Webinar (Online-Schulung)
Kursort:	Ihr PC oder Laptop
Adressaten:	Heilpraktiker(anwärter), Ernährungs- u. Gesundheitsberater, alle, die sich für das Thema Fasten interessieren.
Termine:	Der letzte Kurs ist als Aufzeichnung buchbar, 3 Termine à 90 Minuten
oder	13.11.2024 / 20.11.2024 / 27.11.2024, jeweils 19:00 - 20:30 Uhr
Preis:	99 €

Übermäßiger Essensgenuss mit zu viel tierischem Eiweiß, konzentrierten Kohlenhydraten und Fetten sowie stark verarbeiteten Nahrungsmitteln begünstigt die sogenannten ernährungsbedingten Zivilisationskrankheiten. Mit einem regelmäßigen Fasten kann dem entgegen gewirkt werden.

Fasten bedeutet - im Unterschied zum Hungern - das freiwillige Verzicht auf feste Nahrungsmittel sowie Genussmittel, wie Alkohol, Koffein und Nikotin. Regelmäßiges Fasten reinigt Körper, Seele und Geist...

Kursziel

"Wer stark, gesund und jung bleiben will, sei mäßig, übe den Körper, atme reine Luft und heile sein Weh eher durch Fasten als durch Medikamente." (Hippokrates, 460 bis 370 v.Chr.)

Fasten bedeutet - im Unterschied zum Hungern - das freiwillige Verzicht auf Nahrungs- und Genussmittel. Regel-

mäßiges Fasten reinigt Körper, Seele und Geist. Erlernen Sie diese uralte Heilweise, um sich selbst und anderen zu helfen.

Nach diesem Kurs sind Sie gerüstet, um selbst eine Fastenkur durchzuführen, um eine Fastenkur für Ihre Patienten anzuleiten aber auch eine Fastengruppe oder eine Fastenwanderung zu leiten.

Kursinhalt

In diesem Kurs erfahren Sie alle theoretischen Fakten zum Fasten:

- verschiedene Fasten-Formen, wie F.X. Mayr, Hildegard, Saft, Schroth, ...
- positive Auswirkungen und Körpersanierung
- wer darf fasten - wer darf nicht fasten
- wie funktioniert der Fastenstoffwechsel
- was darf man während des Fastens - was nicht
- Fastenzeiten

Die praktische Durchführung einer Fastenkur wird genau durchgenommen. Sie erhalten eine Anleitung von der Darmentleerung über die Entlastungstage bis zu den Aufbau-Tagen.

Der Kurs befasst sich ausführlich mit dem Umgang von Ängsten vor dem Fasten, mit den auftretenden Problemen während der Kur und mit den Einstellungen und Umstellungen nach dem Fasten. Sie erhalten wertvolle Tipps zur Motivation und Antworten auf immer wiederkehrende Fragen.

Prüfung & Zertifikat

Zertifikatsvoraussetzung ist

- die Teilnahme an den Online-Schulungen (bzw. Aufzeichnungen)
- das Bestehen der Online-Abschlussprüfung sowie
- das Erstellen eines Fastenprotokolls (NACH der Kursteilnahme)



© Fotolia.com_valeriy555

Isolde Richter
Naturheilschule



Onlineschule

ERNÄHRUNG UND MIKRONÄHRSTOFFE IN DER SCHMERZTHERAPIE

Fachfortbildungen und Vertiefungskurse für (angehende) Therapeuten

Dozentin:	Gudrun Nebel, Heilpraktikerin, Ernährungs- und Gesundheitsberaterin, Bach-Blüten-Beraterin
Kursart:	Webinar (Online-Schulung)
Kursort:	Ihr PC oder Laptop
Adressaten:	HeilpraktikerInnen, HeilpraktikeranwärterInnen, Ärzte, Ernährungsberater, Gesundheitsberater
Termine:	Der letzte Kurs ist als Aufzeichnung buchbar, 5 Termine à 90 Minuten
Preis:	<i>oder</i> 22.10.2024 / 29.10.2024 / 05.11.2024 / 12.11.2024 / 19.11.2024, jeweils Di 10:00-11:30 Uhr 150 €

Mit individueller Ernährungstherapie können wir Krankheiten vorbeugen und Heilungsprozesse unterstützen. So spielt zum Beispiel in der Schmerztherapie die richtige Ernährung eine entscheidende Rolle. Auch in der Schulmedizin wird dies inzwischen anerkannt.

Die richtige Ernährung ist weit mehr als die Aufnahme von Makronährstoffen in Form von Kalorien und Mikronährstoffen in Form von Vitaminen, Mineralstoffen & Co. Aufbauend auf die Ernährungsmethode **CLEAN EATING** wird bei Schmerzpatienten zusätzlich mit **Superfoods** und **substituierten Mikronährstoffen** therapiert.

Kursinhalt

Was Sie erwartet:

- Analyse von Lebensmitteln, die Schmerzen auslösen können, und deren gezielte Vermeidung.
- Vorstellung schmerzlindernder Lebensmittel und ihre positive Wirkung auf den Körper.
- Einblick in Ernährungsfaktoren, die Schmerzen verstärken können.
- Wichtige Mikronährstoffe und ihre gezielte Anwendung in der Schmerztherapie.
- Individuelle Ernährungsstrategien als ergänzende Maßnahme zur Schmerzbehandlung.

Praxisnah und anwendungsorientiert:

Durch realistische Fallbeispiele und Anwendungsszenarien vermitteln wir Ihnen praxisnahe Handlungsempfehlungen, die Sie direkt in Ihren Arbeitsalltag integrieren können. Erweitern Sie Ihre Fähigkeiten und steigern Sie die Effektivität Ihrer Schmerztherapien.

Einblicke in die Themenwelt des Webinars :

- Ernährungsauslöser und die Schmerzschwelle
- Maßgeschneiderte Schmerzprofile
- Ergründung von "CLEAN EATING"
- Passende Ernährungsansätze für verschiedene Schmerzarten
- Paleo-Diät, Low Carb, High Fat, ketogene Ernährung
- Glyoplan nach Dr. med. Kurt Mosetter
- Ayurvedische Ernährung zur Bekämpfung chronischer Schmerzen
- Die Rolle des Fastens bei akuten Schmerzen
- Einblicke in die Welt des Zuckers
- Superfoods als natürliche Schmerzhelfer
- Unverzichtbare Mikronährstoffe für die Schmerztherapie

Der Weg Ihrer Patienten zu mehr Lebensqualität beginnt bei Ihnen!

Treten Sie ein in die Welt der Ernährungsmedizin und erfahren Sie, wie Sie Schmerzpatienten auf ihrem Weg zur Genesung begleiten können. Erwerben Sie fundiertes Wissen und bereichern Sie Ihre Arbeit mit praxiserprobten Strategien.

FACHFORTBILDUNG SCHMERZTHERAPIE

Dieses Webinar ist auch eine Fachfortbildung im Rahmen unserer zertifizierten Ausbildung Schmerztherapie in der Naturheilpraxis. Damit sind Sie ein versierter Ansprechpartner für Ihre Patienten, der weiß, welche Behandlung bei welcher Art von Schmerz zum Erfolg führen kann.

Sie werden in der Lage sein, bei Ihren Schmerzpatienten in der Praxis erprobte und effiziente Therapiemaßnahmen aus verschiedenen Bereichen der Naturheilkunde anzuwenden und so ganzheitlich orientiert Ihre Patienten im Umgang mit ihrer Erkrankung zu unterstützen.

Isolde Richter
Naturheilschule

Onlineschule



NAHRUNGSMITTELUNVERTRÄGLICHKEITEN UND NAHRUNGSMITTELALLERGIEN

Fachfortbildungen und Vertiefungskurse für (angehende) Therapeuten

Kursart:	Webinar (Online-Schulung)
Kursort:	Ihr PC oder Laptop
Adressaten:	HeilpraktikerInnen, HeilpraktikeranwärterInnen, Ärzte, Ernährungsberater, Gesundheitsberater
Termine:	Der letzte Kurs ist als Aufzeichnung buchbar, insg. 7,5 Stunden
Preis:	150 €

Kursinhalt

Die Zahl der Menschen, die an einer Nahrungsmittelintoleranz leiden, nimmt stetig zu. Schon längst hat die Nahrungsmittelindustrie reagiert und es gibt Produkte für jede erdenkliche Art von Nahrungsmittelintoleranzen zu kaufen. Leider sind diese häufig stark verändert und dadurch nicht immer geeignet. Die Produkte können bei empfindlichen Menschen - und das sind die meisten Betroffenen - wiederum neue Störungen auslösen. Ein richtiger Teufelskreis kann daraus entstehen.

Bei allen Nahrungsmittelintoleranzen und Nahrungsmittelallergien ist die professionelle Ernährungsberatung und folgende Ernährungstherapie die erste und beste Methode. Darauf bauen alle möglichen anderen Therapien auf.

In diesem Kurs erhalten Sie Informationen und Therapiemöglichkeiten für die häufigsten Nahrungsmittelintoleranzen. Durch das Verstehen der verschiedenen Mechanismen und Reaktionen können Sie Ihre Patienten individuell bei Intoleranz- und Allergieproblemen betreuen, beraten und behandeln. Mit Ihrem Wissen über die richtige Ernährung bei Nahrungsmittelintoleranzen und Nahrungsmittelallergien können Sie Ihren Patienten helfen, den Teufelskreis zu durchbrechen und wieder ein normales Leben zu führen.

Themen des Webinars:

- Nahrungsmittelallergien:
Mechanismus, Diagnose, Reaktionen
- Glutenfreie Ernährung
- Laktosefreie und laktosearme Ernährung
- Milcheiweißfreie Ernährung
- Fruktosefreie und fruktosearme Ernährung
- Histamin-Intoleranz und Sorbit-Intoleranz
- Pseudoallergien und Kreuzallergien
- Prävention und Toleranzentwicklung



©shutterstock_447523948_margouillat photo



ERNÄHRUNG, VITALSTOFFE BEI DEPRESSIONEN

Fachfortbildungen und Vertiefungskurse für (angehende) Therapeuten

Kursart:	Webinar (Online-Schulung)
Kursort:	Ihr PC oder Laptop
Adressaten:	HeilpraktikerInnen, HeilpraktikerInnen für Psychotherapie, Ärzte und Ärztinnen
Termine:	05.06.2024 / 12.06.2024 / 19.06.2024, jeweils 10:00 bis 11:30 Uhr
Preis:	99 €

Kursziel und -inhalt

Erlangen Sie das nötige Fachwissen, um die Bedeutung von Ernährung und Vitalstoffen im Kontext der Depression zu verstehen. Sie werden lernen, wie bestimmte Lebensmittel und Nährstoffe dazu beitragen können, den Verlauf der Krankheit zu beeinflussen und die Lebensqualität Ihrer Patienten zu steigern. Setzen Sie diese Kenntnisse als wirkungsvolles Instrument in Ihrer therapeutischen Praxis ein.

Ernährung und Depression

Der Zusammenhang zwischen der Ernährung und den einzelnen Nährstoffen bei Depressionen ist in vielen Studien ausführlich dargestellt worden. Die richtige Auswahl der Nahrung kann Depressionen positiv beeinflussen.

Behandelt werden im Kurs:

- Wirkung der Neurotransmitter
- Welche Nahrungsmittel verursachen oder verstärken eine Depression
- Welche Nahrungsmittel können eine Depression verhindern und langfristig minimieren

- Darmreinigung und Aufbau
- Erstellung eines Ernährungsplan

Mikronährstoffe und Depressionen

Es gibt eine Reihe von Mikronährstoffen, die bei einer Depression entscheidend sind. Der Einsatz von Nahrungsergänzungsmitteln sollte in der Therapie immer stattfinden. Behandelt werden:

- Einsatz von Mikronährstoffen bei Depression
- Einsatz von Mikronährstoffen bei Schlafproblemen

Schlafberatung

Als weiterer Punkt wird das Schlafprofil von depressiven Menschen betrachtet. Denn Schlafstörungen können sowohl Ursache, wie auch Folge von Depressionen sein:

- Schlaftherapie, um Schlafrhythmus und Schlafgewohnheiten zu optimieren z.B. durch kognitive Verhaltenstherapie und Schlafhygiene

Bachblüten- und Aromatherapie

Beide Therapien sind bewährte Unterstützer in der Behandlung von Depressionen.

ADIPOSITAS-PRÄVENTION UND THERAPIE

Termine:	17.10.2024 / 23.10.2024 / 30.10.2024, jeweils 10:00 bis 12:00 Uhr
Preis:	130 €

Häufig werden die Begleiterscheinungen und Folgeerkrankungen von Adipositas behandelt, ohne die Ursache (das Übergewicht!) zu berücksichtigen. Das bedeutet für die Betroffenen ein im wahrsten Sinne des Wortes beschwerliches Leben. Durch eine nachhaltige Gewichtsreduktion können sie den gesundheitlichen Herausforderungen entgegenwirken, Erkrankungen werden sich bessern oder können sogar rückgängig gemacht werden.

Informationen und Grundlagen zu Übergewicht und Adipositas

Sie erhalten umfassende Einblicke in die Ursachen, epidemiologischen Aspekte und pathophysiologischen Grundlagen von Adipositas.

Operationen und konventionelle Behandlungsmethoden

Wir beleuchten verschiedene chirurgische Eingriffe und konventionelle medizinische Ansätze, ihre Vor- und Nachteile sowie ihre potenziellen Auswirkungen auf die Lebensqualität der Patienten.

Fastenkuren

Sie lernen verschiedene Fastenansätze und ihre Auswirkungen auf den Stoffwechsel von Menschen mit Adipositas kennen.

Gesunde Ernährungsumstellung

Der Kurs präsentiert nachhaltige Ernährungsstrategien, die nicht nur auf Gewichtsreduktion abzielen, sondern auch einen gesunden Lebensstil fördern.

Verhaltenstherapie bezüglich des richtigen Essens

Sie erhalten Einblicke in psychologische Ansätze und verhaltenstherapeutische Methoden zur Unterstützung von Patienten bei der Umstellung ihrer Essgewohnheiten.

Bewegungseinheiten

Der Kurs stellt verschiedene Bewegungsformen vor, die die Adipositas-Therapie unterstützen können. Patienten berücksichtigt werden.

Praktische Umsetzung in Therapie und Beratung

Lernen Sie, wie Sie das im Kurs erworbene Wissen effektiv in Ihre Praxis und Beratung integrieren können.

Isolde Richter
Naturheilschule

Onlineschule



ERNÄHRUNG BEI DIABETES

Fachfortbildungen und Vertiefungskurse für (angehende) Therapeuten

Kursart:	Webinar (Online-Schulung)
Kursort:	Ihr PC oder Laptop
Adressaten:	HeilpraktikerInnen, HeilpraktikeranwärterInnen, Ärzte, Ernährungsberater, Gesundheitsberater
Termine:	Der letzte Kurs ist als Aufzeichnung buchbar, 4 Termine à 90 Minuten
Preis:	130 €

Kursinhalt

An der Stoffwechselkrankheit Diabetes mellitus leiden in Deutschland über 7 Millionen Menschen. Tendenz stark steigend.

Bei **Diabetes mellitus Typ 2** ist die Ernährung ein ganz wichtiger Therapiebaustein. Die Betroffenen können dadurch selbst starken Einfluss auf ihre Krankheit nehmen. Die spezifischen Werte können wieder verbessert werden oder langfristig ist es sogar möglich, ganz auf die Insulinspritzen zu verzichten.

Bei **Diabetes mellitus Typ 1** hat die Ernährung keinen direkten Einfluss auf die Krankheit. Trotzdem müssen gerade diese Patienten viel über ihre eigene Ernährung wissen, um zu hohe und zu niedrige Blutzuckerwerte zu vermeiden, denn beides kann tödlich sein. Dieses Wissen und die kompetente Unterstützung erhalten die Betroffenen von Ihnen.

Begleit- und Folgeerkrankungen können bei Diabetes mellitus sehr ausgeprägt und gefährlich sein. Die richtige Ernährung hilft, diese Gefahren zu minimieren. Lernen Sie in diesem Kurs alle Möglichkeiten der Ernährungstherapie kennen, die ihren Patienten helfen können, ihre Krankheit Diabetes mellitus besser in den Griff zu bekommen und keine lebensgefährlichen Folgeerkrankungen zu erleiden.

In dem Seminar erfahren Sie alles rund um die Krankheit Diabetes mellitus. Dazu gehören auch weitere positive Therapiemethoden und Ihre Möglichkeiten, um Ihren Patienten zusätzlich Selbsthilfe zu bieten.

Themen des Webinars:

- Klassifikationen und Pathogenese der unterschiedlichen Diabetesformen
- Diagnose und Zielwerte
- Ernährungsmöglichkeiten und Ernährungsumstellungen
- Behandlungsstrategien, Therapie, Bewegung
- Begleit- und Folgeerkrankungen
- Compliance und Selbsthilfe für die Patienten



©shutterstock_447523948_margouillat photo

Isolde Richter
Naturheilschule

Onlineschule



ERNÄHRUNG BEI KREBSERKRANKUNGEN

Fachfortbildungen und Vertiefungskurse für (angehende) Therapeuten

Kursart:	Webinar (Online-Schulung)
Kursort:	Ihr PC oder Laptop
Adressaten:	HeilpraktikerInnen, HeilpraktikeranwärterInnen, Ärzte, Ernährungsberater, Gesundheitsberater
Termin:	Der letzte Kurs ist als Aufzeichnung buchbar, 4 Termine à 120 Minuten
Preis:	165 €

Kursziel und -inhalt

Krebspatienten benötigen eine optimale Ernährung, um ihre Genesung zu unterstützen und ihre Lebensqualität zu verbessern.

Als Ernährungsberater und Therapeutin spielen Sie eine entscheidende Rolle in der ganzheitlichen Versorgung von Krebspatienten. Dieses Seminar wird Ihnen wichtige Erkenntnisse liefern und Ihnen helfen, Ihre Beratungskompetenz auf einzigartige Weise zu erweitern.

Erfahren Sie, wie gezielte Ernährungsstrategien den Heilungsprozess auf zellulärer Ebene unterstützen können. Entdecken Sie revolutionäre Techniken, um Nebenwirkungen von Krebstherapien zu minimieren und die Widerstandsfähigkeit des Körpers zu steigern.

Themen des Webinars

- Grundlagen der Ernährung bei Krebs: Wie die richtige Ernährung den Heilungsprozess beeinflusst und welche Nährstoffe besonders wichtig sind
- Ernährungstherapie während der Behandlung: Effektive Strategien, um mit den Nebenwirkungen von Krebstherapien umzugehen und den Körper zu stärken
- Ernährung für die Genesung und Langzeitbetreuung: Geeignete Lebensmittel und Nährstoffe, die die Genesung unterstützen und das Risiko eines Rückfalls reduzieren können
- Beratung und Kommunikation: Wichtige Fähigkeiten zur Kommunikation mit Krebspatienten und deren Familien, um ihnen bei der Umsetzung einer gesunden Ernährung zu helfen.

ERNÄHRUNG UND VITALSTOFFE FÜR DIE KINDERWUNSCHPHASE

Kursart:	Webinar (Online-Schulung)
Kursort:	Ihr PC oder Laptop
Adressaten:	HeilpraktikerInnen, HeilpraktikeranwärterInnen, Ärzte, Ernährungsberater, Gesundheitsberater
Termin:	Der letzte Kurs ist als Aufzeichnung buchbar, 1 Termin mit 120 Minuten
Preis:	39 €

Kursziel und -inhalt

Nicht selten sind die falsche Ernährung oder fehlende Vitalstoffe bei Paaren die Ursache, dass sich der Kinderwunsch nicht erfüllen kann. Mit dem Einsatz von bestimmten Lebensmitteln und gezielten Vitalstoffen konnten schon viele Kinderwünsche in Erfüllung gehen. Wir empfehlen diesen besonderen Therapieansatz jedem Therapeuten in der Praxis.

Alle weiteren Therapieansätze, sofern sie noch benötigt werden, wirken schneller und effektiver. Die richtige Ernährung kann der Schlüssel zum Wunschkind sein!

Isolde Richter
Naturheilschule

Onlineschule



ERNÄHRUNG UND VITALSTOFFE FÜR SCHWANGERSCHAFT UND STILLZEIT

Fachfortbildungen und Vertiefungskurse für (angehende) Therapeuten

Kursart:	Webinar (Online-Schulung)
Adressaten:	HeilpraktikerInnen, HeilpraktikeranwärterInnen, Ärzte, Ernährungsberater, Gesundheitsberater
Termine:	Der letzte Kurs ist als Aufzeichnung buchbar, 4 Termine à 90 Minuten
Preis:	130 €

Kursziel und -inhalt

Mit der ersten Schwangerschaft der Frau bekommt die Ernährung einen ganz anderen Stellenwert im Leben der werdenden Eltern. Nicht selten setzen sie sich das erste Mal mit einer gesunden Lebensweise auseinander. Denn jetzt heißt es dem Baby alles zu geben, was es benötigt. Das ist in erster Linie die bestmögliche Ernährung, damit es wächst und gedeiht und gesund auf die Welt kommen kann. Viele Eltern sind im Dschungel der Ernährungsvorschläge überfordert. Genauso wie die meisten Gynäkologen und Hebammen.

In der Ausbildung lernen Sie, wie Sie schwangere und stillende Mütter in allen Bereichen der täglichen Ernährung beraten und unterstützen können. Sie erfahren mit welchen Lebensmitteln und Mikronährstoffen Sie bei Schwangerschaftsproblemen, wie Heißhunger, Übelkeit, Schwangerschaftsdiabetes, Sodbrennen oder Verstopfung kompetent Hilfe leisten können. Sie lernen alles über die optimale Ernährung für die stillende Mutter.

Damit Sie überzeugend und kompetent beraten können, was wirklich gut und richtig ist, wird auch der Wahrheitsgehalt alter Ernährungsweisen für schwangere und stillende Mütter beleuchtet.

Themen des Webinars:

- Ablauf einer gesunden Schwangerschaft
- Grundnährstoffe, Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, sekundäre Pflanzenstoffe für schwangere und stellende Frauen
- Schadstoffe in der Nahrung
- Ernährung, Bewegung und Alltag in der Schwangerschaft
- Schwangerschaftsprobleme, wie Heißhunger, Übelkeit, Verstopfung, Sodbrennen
- Schwangerschaftsdiabetes
- Ernährung, Bewegung und Alltag in der Stillzeit
- Ernährungsmythen in der Schwangerschaft

ERNÄHRUNG FÜR SÄUGLINGE UND KLEINKINDER

Kursart:	Webinar (Online-Schulung)
Adressaten:	HeilpraktikerInnen, HeilpraktikeranwärterInnen, Ärzte, Ernährungsberater, Gesundheitsberater
Termine:	Der letzte Kurs ist als Aufzeichnung buchbar, 2 Termine à 90 Minuten
Preis:	65 €

Kursziel und -inhalt

Natürlich ist Muttermilch die optimale Ernährung für Säuglinge. Aber nicht jede Mutter hat genügend Muttermilch. Wie das Baby trotzdem gesund aufwachsen kann, erfahren Sie in diesem Kurs. Dazu gibt es exakte Rezeptvorgaben für Babys, die nicht gestillt werden können. Wie Mütter die richtige Beikost für Säuglinge, sei es Brei oder Baby-led-Weaning zubereiten können und welche Ernährung bis zum Kindergartenalter richtig ist, wird Ihnen in dieser Ausbildung praxisnah beigebracht.

Themen des Webinars:

- Säuglingsernährung ohne Muttermilch
- Beikost für gestillte und nicht gestillte Säuglinge
- So wächst und gedeiht das Kind richtig
- Ernährung für Kleinkinder bis 3 Jahre



©shutterstock_1675625038_Onjira Leibe

Isolde Richter
Naturheilschule



Onlineschule

**Ergänzend bietet Frau Nebel auch Kurse zum Thema Ayurveda und zur
Schönheitsberatung an.**

**Details entnehmen Sie bitte unserer Homepage unter:
<https://www.isolde-richter.de/ausbildung/uebersicht>**



www.Isolde-Richter.de

Isolde Richter
Naturheilschule



Onlineschule

Üsenbergerstr. 11-13 / 79341 Kenzingen
Tel. (+49)7644 927883-0 / Fax: (+49)7644 927883-40
Info@Isolde-Richter.de / www.Isolde-Richter.de