Nachhaltiges Gewichtsmanagement mit veganer Ernährung

Titel	Nachhaltiges Gewichtsmanagement mit veganer Ernährung
Zulassungsnummer	7449023

Veranstalter

Adresse:	ecodemy GmbH Fritz-Schäffer-Str. 1 53113 Bonn
Telnr:	+49 2247 7584679
E-Mail-Adresse:	info@ecodemy.de
Webseite:	https://ecodemy.de

Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen über vegane Ernährung im Rahmen eines Gewichtsmanagements

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	vegane Ernährung für Personen mit Über- oder Untergewicht: Vorteile, Beratung, Herausforderungen - Ursachen und Folgen von Über- und Untergewicht - Bewegung, Schlaf, Stressmanagement und Entspannung - Erfassung der Nährstoffaufnahme und des Ernährungszustandes - Zufuhr der Makro- und Mikronährstoffe in Hinblick auf das Gewichtsmanagement - Energiebilanz - Strategien zur Gewichtsregulierung - Umsetzung der Ernährungsplanung im Alltag - Einfluss der Psyche und Medien auf das Essverhalten - gestörtes Essverhalten und Essstörungen
Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:	8 Skripte ergänzt durch Videos und Hörbücher

Abschluss

Abschluss:	institutsinterne Prüfung
Art des Abschlusses:	institutsinterne Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	Grundkenntnisse der veganen Ernährung; eine abgeschlossene Ausbildung zum/zur (Veganen) Ernährungsberater/in ist wünschenswert; technische Voraussetzung: PC mit Internetgang und PDF-Reader
Prüfungsvoraussetzungen:	Nachweis ausreichender Vorbereitung

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	1.032,00 €
Lehrgangskosten:	1.032,00 €
Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €
Anzahl der Raten:	8
Höhe der Raten:	129,00 €

Die Teilnehmerkosten können Veränderungen erfahren haben, die der ZFU zum Redaktionsschluss noch nicht vorlagen. Aktuelle Gebühren, Kosten und Erläuterungen dazu erhalten Sie beim Fernlehrinstitut.

Zeitrahmen

Gesamtdauer in Monaten:	8.00
Gesamtdauer in Stunden:	361 Std. (481 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	10.50
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	0
Präsenzunterricht:	Sind nicht vorgesehen

Zusätzliche Informationen

Bei einer Lehrgangsdauer von 4 Monaten betragen die Lehrgangskosten 996,00 EUR (zahlbar in 4 Raten à 249,00 EUR).