MENO-CAMPUS

Titel	MENO-CAMPUS
Zulassungsnummer	7606126

Veranstalter

Adresse:	Anke Sinnigen Roscherstraße 16a 10629 Berlin
Telnr:	0000
E-Mail-Adresse:	kontakt@wexxeljahre.de
Webseite:	http://www.wexxeljahre.de

Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen über die körperlichen und psychischen Veränderungen in den Wechseljahren sowie von Kompetenzen, diese Lebensphase gesundheitsfördernd zu gestalten, Beschwerden vorzubeugen und mit ihnen umzugehen

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	Modul 1: Grundlagen der Wechseljahre — Phasen von der Prä- bis zur Postmenopause, hormonelle Veränderungen, Symptome und gesundheitliche Risiken | Modul 2: Ernährung und Bewegung — Veränderungen des Stoffwechsels, Ernährungsgrundlagen und körperliche Aktivität | Modul 3: Pflanzliche und weitere nicht-medikamentöse Maßnahmen | Modul 4: Hormone und Hormonersatztherapie — Grundlagen und moderne Therapieformen | Modul 5: Nährstoffe und gesundes Älterwerden — Nährstoffbedarf und Labordiagnostik | Modul 6: Ganzheitliche Gesundheit — Schilddrüse, urogenitale Beschwerden, Brustgesundheit, Vorsorgeuntersuchungen | Modul 7: Partnerschaft und Sexualität in den Wechseljahren | Modul 8: Älterwerden als Chance — Perspektiven, Selbstbild und Ausblick |
Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:	8 Module bestehend aus Videos, Webinaraufzeichnungen, Checklisten, Reflexionsblätter, Quizfragen

Abschluss

Abschluss:	institutsinternes Zertifikat
Art des Abschlusses:	keine Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	Interesse an Gesundheitsthemen, Bereitschaft zum Selbststudium und zum digitalen Austausch | technische Voraussetzungen: Computer, Tablet oder Smartphone mit Internetzugang
Prüfungsvoraussetzungen:	keine Prüfung

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	897,00 €
Lehrgangskosten:	897,00 €

Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €
Anzahl der Raten:	3
Höhe der Raten:	299,00 €

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:	2.00
Gesamtdauer in Stunden:	39 Std. (52 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	4.50
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	0
Präsenzunterricht:	Nicht vorgesehen

Zusätzliche Informationen

Begleitend werden Online-Seminare angeboten, deren Live-Teilnahme freiwillig ist. Die Aufzeichnungen stehen anschließend als Selbstlernmaterial zur Verfügung.