



Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.

# Curriculum **2020 in Überarbeitung**

**Zertifizierung zur Ernährungsberaterin/DGE**

**Zertifizierung zum Ernährungsberater/DGE**

# Inhaltsverzeichnis

|  |           |
|--|-----------|
| Ziel des Lehrgangs.....  | 3         |
| Zielgruppen und Zugangsvoraussetzungen .....   | 3         |
| Kontinuierliche Fortbildung zur Verlängerung des<br>Zertifikats Ernährungsberater/DGE (EB/DGE) ..... | 3         |
| Übersicht zu den drei Lehrgangsvarianten des EB/DGE .....  | 4         |
| Übersicht zum Aufbau der drei Lehrgangsvarianten des EB/DGE....                                      | 5         |
| Übersicht zum Stundenumfang der Module im Lehrgang EB/DGE...   | 6         |
| Die 12 Module des Lehrgangs EB/DGE .....   | 7         |
| <b>Modul 1: Prävention und Therapie ernährungsmitbedingter<br/>Krankheiten.....</b>                  | <b>7</b>  |
| <b>Modul 2: Methoden der Ernährungserhebung .....</b>  | <b>8</b>  |
| 2.1 Epidemiologie .....  | 8         |
| 2.2 Methoden zur Erhebung des Ernährungsstatus .....   | 9         |
| <b>Modul 3: Ernährungssoziologie .....</b>   | <b>10</b> |
| 3.1 Verbrauchertäuschung .....   | 10        |
| 3.2 Ernährungsarmut und Lebensmittelhilfe in Deutschland .....                                       | 11        |
| 3.3 Soziokulturelle Hintergründe der Ernährung und des<br>Ernährungsverhaltens.....                  | 12        |
| <b>Modul 4: EDV-unterstützte Nährwertberechnung .....</b>  | <b>14</b> |
| <b>Modul 5: Ernährung und Gesundheit.....</b>  | <b>15</b> |
| 5.1 Nutritive und präventive Aspekte von Nährstoffen – Teil 1.....                                   | 15        |
| 5.2 Nutritive und präventive Aspekte von Nährstoffen – Teil 2.....                                   | 16        |
| 5.3 Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit.....  | 18        |
| 5.4 Ernährung des Säuglings und Kleinkindes.....   | 19        |
| 5.5 Ernährung im Alter.....  | 21        |
| 5.6 Ernährung und Sport .....  | 23        |
| 5.7 Ernährung und Nachhaltigkeit.....  | 24        |
| 5.8 Alternative Ernährungsformen .....   | 25        |
| 5.9 Säure-Basen-Haushalt und Ernährung .....   | 27        |
| 5.10 Mikrobiota und Ernährung.....   | 28        |
| 5.11 Ausgewählte Aspekte zur Hunger- und Sättigungsregulation .....                                  | 29        |
| 5.12 Supplemente und funktionelle Lebensmittel.....  | 30        |
| 5.13 Gentechnik im Lebensmittelbereich .....   | 32        |
| 5.14 Evidenzbasierte Leitlinien .....  | 33        |
| <b>Modul 6: Ernährungspsychologie .....</b>  | <b>35</b> |
| 6.1 Psychologische Ansätze in der Ernährungsberatung.....  | 35        |
| 6.2 Biopsychosoziale Faktoren von Krankheit .....  | 37        |

|   |           |
|---|-----------|
| <b>Modul 7: Methodik und Didaktik in der Beratung .....</b>   | <b>38</b> |
| 7.1 Grundlagen zur Vorbereitung und Durchführung von<br>Lehrveranstaltungen.....                                  | 38        |
| 7.2 Praktische Angebote in der Beratung: Einkaufstraining und<br>Praxiseinheiten in der Lehrküche .....           | 40        |
| 7.3 Praktische Angebote in der Beratung: Motivation zu Bewegung<br>und Entspannung .....                          | 41        |
| <b>Modul 8: Gesprächsführung – Theorie und Methoden .....</b>   | <b>42</b> |
| 8.1 Klientenzentrierte Gesprächsführung nach Rogers und<br>ausgewählte Kommunikationsmodelle.....                 | 42        |
| 8.2 Einzelberatung – Struktur und Methoden .....  | 43        |
| 8.3 Kommunikation in Gruppen und gruppendynamische Aspekte .....  | 44        |
| <b>Modul 9: Praxis der Gesprächsführung .....</b>   | <b>46</b> |
| 9.1 Beratungstraining für die Einzelberatung.....   | 46        |
| 9.2 Beratungstraining für die Gruppenberatung.....  | 47        |
| 9.3 Kollegiale Beratung .....   | 48        |
| <b>Modul 10: Marketing und Projektplanung .....</b>   | <b>49</b> |
| 10.1 Grundlagen zu Public Relations und Pressearbeit .....  | 49        |
| 10.2 Selbstpräsentation.....  | 50        |
| 10.3 Moderationstechniken .....   | 51        |
| 10.4 Projektplanung in der Ernährungsberatung /<br>Gesundheitsförderung.....                                      | 52        |
| <b>Modul 11: Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung und<br/>Evaluation.....</b>                             | <b>53</b> |
| 11.1 German-Nutrition Care Process (G-NCP).....   | 53        |
| 11.2 Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung .....   | 54        |
| 11.3 Anforderungen an Maßnahmen der Betrieblichen<br>Gesundheitsförderung (BGF) .....                             | 55        |
| 11.4 Stand der Rahmenvereinbarung zur Qualitätssicherung in der<br>Ernährungsberatung und Ernährungsbildung ..... | 56        |
| 11.5 Evaluation in der Ernährungsberatung .....   | 57        |
| <b>Modul 12: Rechtliche Situation der Ernährungsberatung in<br/>Deutschland .....</b>                             | <b>58</b> |
| 12.1 § 20 und § 43 SGB V – Bedeutung für die Ernährungsberatung .....   | 58        |
| 12.2 German Diagnosis Related Groups (G-DRG) – das<br>Vergütungssystem im Krankenhaus .....                       | 59        |
| 12.3 Institutionen, Verbände und Akteure in der<br>Ernährungsberatung, -bildung und Außerhausverpflegung .....    | 60        |
| 12.4 Die Ernährungsberatung im Gesundheitssystem – Grundlagen<br>und Perspektiven.....                            | 61        |
| 12.5 Erfahrungsbericht einer selbstständigen Ernährungsberaterin/DGE ..   | 62        |

## Ziel des Lehrgangs

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erweitern und vertiefen ihre Fach- und Beratungskompetenz für die Ernährungsberatung. Sie eignen sich methodische Kenntnisse an, indem Methoden für die Einzel- und Gruppenberatung in zahlreichen Übungen trainiert und reflektiert werden. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer verstehen es auch, ihr ernährungswissenschaftliches Fachwissen für den Einsatz im beruflichen Kontext der Ernährungsberatung in klientengerecht zu transferieren. Insgesamt entwickeln sie ihre methodischen, sozialen und persönlichen Kompetenzen weiter.

## Zielgruppen und Zugangsvoraussetzungen

Berufsausbildung bzw. Studienabschluss:

1. Diätassistenten
2. Bachelor of Science Diätetik / Bachelor of Science in Diätetik
3. Oecotrophologen (Abschlüsse: Diplom [ernährungswissenschaftliche Ausrichtung]; Bachelor of Science, Master of Science entsprechend den DGE-Zulassungskriterien\*)
4. Ernährungswissenschaftler (Abschlüsse: Diplom; Bachelor of Science, Master of Science entsprechend den DGE-Zulassungskriterien\*)
5. Diplom-Ingenieure Ernährungs- und Hygienetechnik, Schwerpunkt „Ernährungstechnik“; Diplom-Ingenieure Ernährung und Versorgungsmanagement, Schwerpunkt „Ernährung“
6. Bachelor- und Masterabsolventen anderer Studiengänge mit Anerkennung des Studiengangs nach den DGE-Zulassungskriterien\*

\* DGE-Zulassungskriterien: siehe unter Literatur

## Kontinuierliche Fortbildung zur Verlängerung des Zertifikats Ernährungsberater/DGE (EB/DGE)

Zur Verlängerung der Gültigkeit des Zertifikats „Ernährungsberater/DGE“ ist der Nachweis von mindestens 50 Fortbildungspunkten innerhalb von drei Jahren nötig. Die Vorgaben zur kontinuierlichen Fortbildung (seit 2007; aktuelle Fassung vom 01.01.2015) sind in der Qualitätssicherungs-Richtlinie für DGE-Zertifikate festgelegt (<http://www.dge.de/fileadmin/public/doc/fb/qs/DGE-Zertifikate-QS-RL-Punktetabelle.pdf>).

Für jeweils einen 3-Jahres-Zeitraum kann das Nutzungsrecht am DGE-Zertifikatslogo kostenpflichtig erworben werden:



### Hinweis:

Das Zertifikat „Ernährungsberaterin/DGE“ bzw. „Ernährungsberater/DGE“ ist anerkannt für die Anbieterqualifikation laut „Leitfaden Prävention. Handlungsfelder und Kriterien des GKV-Spitzenverbandes zur Umsetzung der §§ 20, 20a und 20b SGB V vom 21. Juni 2000 in der Fassung vom 9. Januar 2017“.

### Literatur:

Brehme U, Hülsdünker A, Kreutz J et al. (2011): DGE-Zulassungskriterien für die Ernährungsberatung. Mindestanforderungen für Absolventinnen und Absolventen oecotrophologischer und ernährungswissenschaftlicher Studiengänge zur Zertifizierung. Ernährungs Umschau 58: 559–561.  
URL: [https://www.ernaehrungs-umschau.de/fileadmin/Ernaehrungs-Umschau/pdfs/pdf\\_2011\\_verlinkung/EU10\\_2011\\_559\\_561.qxd.pdf](https://www.ernaehrungs-umschau.de/fileadmin/Ernaehrungs-Umschau/pdfs/pdf_2011_verlinkung/EU10_2011_559_561.qxd.pdf)

## Übersicht zu den drei Lehrgangsvarianten des EB/DGE

| Lehrgangsvariante                     | Kompakt  | Berufsbegleitend  | Intensiv   |
|---------------------------------------|--|---|--|
| 1. Zulassung                          | Erfüllen der Anforderungen nach dem CURRICULUM ERNÄHRUNGSBERATUNG DGE sowie der DGE-Zulassungskriterien  |   |  |
|                                       | Nachweis der anererkennungsfähigen Module 1-3: Es wird empfohlen, dass der Nachweis vor der Präsenzphase bzw. vor der schriftlichen Prüfung vorliegt. Eine Anerkennung kann max. 10 Jahre rückwirkend aus der Ausbildung bzw. aus dem Studium oder aus Fortbildungsseminaren erfolgen. Ein Absolvieren während oder nach dem Lehrgang ist möglich. Eine Zertifikatsvergabe erfordert jedoch das Vorliegen der drei anererkennungsfähigen Module.           |   |  |
|                                       |  |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Mindestens zweijährige berufliche Tätigkeit in der Ernährungsberatung (z.T. durch Praktika) <b>oder</b></li> <li>■ Nachweis über ein spezielles Studienprofil in Verbindung mit einem Praktikum von mindestens 20 Wochen in der Ernährungsberatung</li> </ul> |
| 2. Lehrgangsform                      | Präsenzlehrgang  | Präsenzlehrgang   | Selbstlernphase – Prüfungstag – Präsenzphase   |
| 3. Präsenzphase: Dauer und Gestaltung | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 30 Tage; mindestens 215 UE</li> <li>■ 3 Blöcke je 2 Wochen; von Montag bis Freitag</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 30 Tag; mindestens 215 UE</li> <li>■ 10 Präsenzwochenenden je 3 Tage; in der Regel von Freitag bis Sonntag</li> </ul>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 8 Tage; mindestens 56 UE (zzgl. 1 Prüfungstag)</li> <li>■ 2 Blöcke je 4 Tage; in der Regel von Dienstag bis Freitag</li> </ul>  |
| 4. Prüfungs-vorbereitung              | Inhalte der Präsenzphase sowie Kapitel 5 der DGE-Beratungs-Standards   |   | Literaturempfehlungen; Erarbeitung in der Selbstlernphase (max. 2 Jahre)   |
| 5. Erfolgskontrollen                  | <p><b>Tests:</b> 2 schriftliche Test à 45 Minuten über Modul 6.1 und Modul 7 während der Präsenzphase</p> <p><b>Mündliche Prüfung:</b> Module 5-12 (außer 6.1 und 7 sowie entsprechend gekennzeichnete Module) am Ende der Präsenzphase. Die Teilnahme kann erst bei Nachweis aller erforderlichen Module erfolgen. Ausnahmeregelungen sind in Absprache mit der Referatsleitung möglich.</p> <p><b>Projektarbeit:</b> zu einem selbst gewählten Thema</p> |   | <p><b>Klausuren:</b> 3 schriftliche Klausuren à 90 Minuten über die Module 5-12 vor der Präsenzphase</p> <p><b>Projektarbeit:</b> zu einem selbst gewählten Thema</p>  |
| 6. Projektarbeit                      | 4 Monate Bearbeitungszeit  |   |  |
|                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Beginn wahlweise nach Block 2 oder Block 3</li> <li>■ individuelle Vereinbarung möglich</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Beginn wahlweise in der Lehrgangsmitte oder nach der letzten Veranstaltung</li> <li>■ individuelle Vereinbarung möglich</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Beginn wahlweise nach Block 1 oder Block 2</li> <li>■ individuelle Vereinbarung möglich</li> </ul>  |
| 7. Qualitätssicherung                 | Kontinuierliche Fortbildung: Mindestens 50 Fortbildungspunkte innerhalb von 3 Jahren nach dem Punktesystem von DGE, VDD und VDOE   |   |  |
| 8. Fehlzeiten                         | max. 10 UE ohne, max. 24 UE mit Angabe auf der Teilnahmebescheinigung  |   | max. 4 UE ohne, max. 8 UE mit Angabe auf der Teilnahmebescheinigung  |
|                                       | Bei darüber liegenden Fehlzeiten sowie bei Nicht-Teilnahme an Modul 8 und Modul 9 ist der jeweilige Inhalt nachzuholen / nachzuweisen.   |   |  |
|                                       | Wird mehr als 25 % eines Lehrgangs versäumt, gilt der Lehrgang als nicht bestanden. Die DGE ist nicht verpflichtet, Möglichkeiten zum Nachholen oder Nachweisen von Inhalten zur Verfügung zu stellen. Eine Reise-Rücktrittskosten-Versicherung wird dringend empfohlen. Eine erneute Anmeldung zu einem Lehrgang ist möglich.   |   |  |

UE = Unterrichtseinheit über 45 Minuten

# Übersicht zum Aufbau der drei Lehrgangsvarianten des EB/DGE

## Lehrgang EB/DGE kompakt

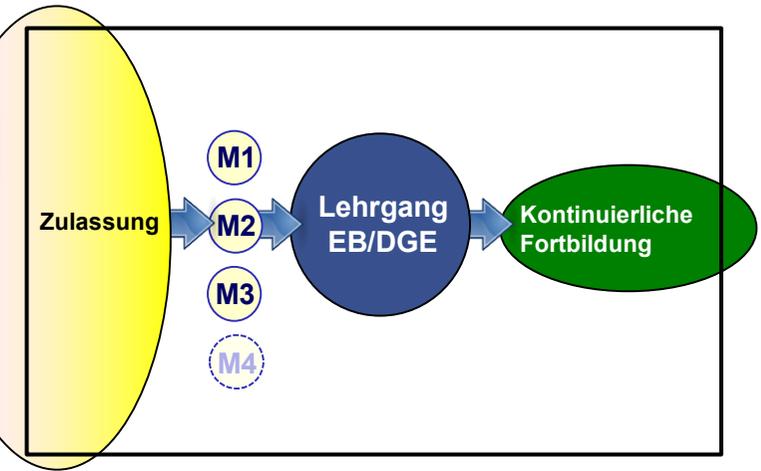


Ein Block umfasst 2 Wochen, jeweils von Montag bis Freitag.  
Frühjahrslehrgang: meist von Januar bis April; Herbstlehrgang: meist von September bis November

## Lehrgang EB/DGE berufsbegleitend (Wochenendkurs)



P = Präsenzwochenende; meist von Februar bis November/Dezember  
P1 bis P9 finden von Freitag bis Sonntag, P10 von Donnerstag bis Samstag statt.  
Hinweis: „berufsbegleitend“ bezieht sich auf die Wochenendform, es ist keine Berufstätigkeit erforderlich.



**M1, M2 und M3:** anerkennungsfähige Module

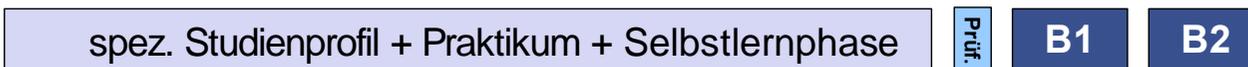
**M4:** Empfehlung

Ein Absolvieren der Module ist auch während oder nach dem Lehrgang möglich.

## Lehrgang EB/DGE intensiv



oder



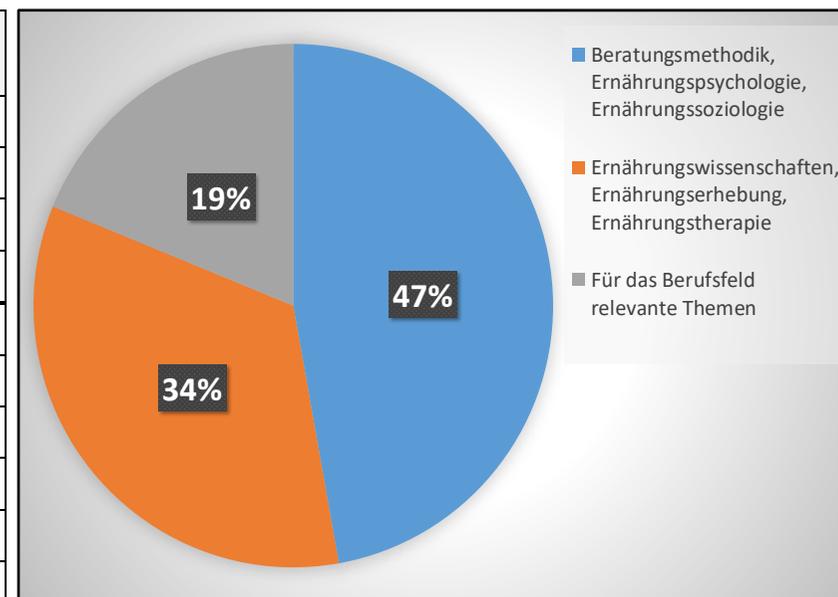
Prüf. = Prüfungstag, B = Block über 4 Tage; Praktikum über mindestens 20 Wochen in der Ernährungsberatung

## Übersicht zum Stundenumfang der Module im Lehrgang EB/DGE

Das Curriculum des Lehrgangs zur „Ernährungsberaterin/DGE“ bzw. zum „Ernährungsberater/DGE“ (EB/DGE) basiert auf dem CURRICULUM ERNÄHRUNGSBERATUNG DGE sowie den DGE-Zulassungskriterien und umfasst mindestens 299 Unterrichtseinheiten (UE). Aktuell beinhaltet der Lehrgang 303 UE. Die Inhalte sind auf 12 Module verteilt. Die Module 1 bis 3 sind anerkennungsfähig, Modul 4 stellt eine Empfehlung dar, die Module 5 bis 12 sind Bestandteil der jeweiligen Lehrgangsvariante.

### Die Module und Unterrichtseinheiten (UE) in der Übersicht:

| Modul           | Titel   | Anzahl der UE |
|-----------------|---|---------------|
| <b>Modul 1</b>  | Prävention und Therapie ernährungsmitbedingter Krankheiten  | 26            |
| <b>Modul 2</b>  | Methoden der Ernährungserhebung                             | 26            |
| <b>Modul 3</b>  | Ernährungssoziologie  | 26            |
| <b>Modul 4</b>  | EDV-unterstützte Nährwertberechnung (Empfehlung)            | 9             |
| <b>Modul 5</b>  | Ernährung und Gesundheit                                    | 42            |
| <b>Modul 6</b>  | Ernährungspsychologie                                       | 25            |
| <b>Modul 7</b>  | Methodik und Didaktik in der Beratung                       | 24            |
| <b>Modul 8</b>  | Gesprächsführung – Theorie und Methoden                     | 36            |
| <b>Modul 9</b>  | Praxis der Gesprächsführung                                 | 32            |
| <b>Modul 10</b> | Marketing und Projektplanung                                | 24            |
| <b>Modul 11</b> | Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung und Evaluation | 21            |
| <b>Modul 12</b> | Rechtliche Situation der Ernährungsberatung in Deutschland  | 12            |
|                 | <b>Gesamt</b>   | <b>303</b>    |



Die verschiedenen Schwerpunkte des Lehrgangs Ernährungsberater/DGE (prozentuale Verteilung der Unterrichtseinheiten der 12 Module)

# Die 12 Module des Lehrgangs EB/DGE

## Modul 1: Prävention und Therapie ernährungsmitbedingter Krankheiten

|   |  |  |                   |
|---|--|--|-------------------|
| <b>Thema</b>  | <b>Prävention und Therapie ernährungsmitbedingter Krankheiten</b>  |  |                   |
| <b>Dauer</b>  | 1170 min (26 Unterrichtseinheiten à 45 min)  |  |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>  | Die Teilnehmer kennen Definition, Pathogenese, Symptomatik und Therapie von Stoffwechselstörungen und Erkrankungen, bei denen die Ernährung eine wichtige Rolle in Prävention und/oder Therapie spielt. Sie kennen die Standards für die Ernährungsberatung und Ernährungstherapie dieser Erkrankungen und können sie in der Beratung einsetzen.   |  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)  | Für die Zulassung zum Lehrgang erforderlich / Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung auf Basis der DGE-Beratungs-Standards  |  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)  | Für die Zulassung zum Lehrgang erforderlich / Im Rahmen der schriftlichen Abschlussprüfung auf Basis der DGE-Beratungs-Standards   |  |                   |
| <b>Ziele</b>  | <b>Inhalte</b>   | <b>Literatur</b>   | <b>Zeit (min)</b> |
| <p>Kenntnis von ernährungsmedizinisch relevanten Krankheiten</p> <p>Einfluss der Ernährung und relevanter Ernährungsfaktoren auf die Krankheit kennen und beurteilen können</p> <p>Ernährungsempfehlungen kennen und in der Beratung einsetzen können</p> | <p><b>Grundlagen von ernährungsmedizinisch relevanten Krankheiten</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definition, Pathogenese, Symptomatik</li> <li>• Empfehlungen zur Prävention und Therapie</li> </ul> <p><b>Beispiele für ernährungsmedizinisch relevante Krankheiten</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lebensmittelallergien, Pseudoallergien</li> <li>• Adipositas und Metabolisches Syndrom, Herz-Kreislauf-Krankheiten</li> <li>• Krankheiten des Darms: chronisch entzündliche Darmerkrankungen (CED); Reizdarm-Syndrom</li> <li>• Osteoporose</li> <li>• Ernährung und Krebs</li> <li>• Ernährung bei Demenz</li> <li>• Fütterstörungen</li> </ul> | <p>Deutsche Gesellschaft für Ernährung, Österreichische Gesellschaft für Ernährung, Schweizerische Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr. Bonn, 2. Auflage, 1. Ausgabe 2016</p> <p>Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Kap. 1 Nährstoffbezogene Empfehlungen und Kap. 4 Ernährung bestimmter Gruppen. In: DGE-Beratungs-Standards. Bonn, 10., vollständig überarbeitete Auflage inkl. Ergänzungslieferungen 2009-2013</p> <p>Standardwerke der Ernährungsmedizin und Diätetik</p> | <b>1170</b>       |
|   | <b>Gesamt</b>  |  | <b>1170</b>       |

## Modul 2: Methoden der Ernährungserhebung

|  |  |  |                   |
|--|--|--|-------------------|
| <b>Thema</b>   | <b>2.1 Epidemiologie</b>   |  |                   |
| <b>Dauer</b>   | Gesamtdauer 2.1 und 2.2: 1170 min (26 Unterrichtseinheiten à 45 min)   |  |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>   | Die Teilnehmer kennen die Methoden der Epidemiologie zur Erfassung der Ernährung von Individuen und Gruppen.<br>Die Teilnehmer kennen grundlegende Statistische Kennzahlen und ihre Bedeutung für die Praxis.  |  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)   | Für die Zulassung zum Lehrgang erforderlich, nicht prüfungsrelevant  |  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)   | Für die Zulassung zum Lehrgang erforderlich, nicht prüfungsrelevant  |  |                   |
| <b>Ziele</b>   | <b>Inhalte</b>   | <b>Literatur</b>   | <b>Zeit (min)</b> |
| Kenntnis grundlegender Maßzahlen und Kennzahlen und deren Bedeutung in der Berichterstattung   | <b>Grundlagen der Epidemiologie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Statistische Kennzahlen (Mittelwert, Modalwert, Median, Perzentile, Standardabweichung, Varianz, Signifikanz)</li> <li>• Prävalenz, Inzidenz, Risiko, Rate, Population</li> <li>• Studientypen (deskriptive, analytische und Interventionsstudien)</li> </ul> | Bechthold A, Brehme U: Statistische Kennzahlen für die praktische Anwendung. Ernährungs Umschau 62 (2015) 170-182<br><br>Straßburg A: Ernährungserhebung. Methoden und Instrumente. Ernährungs Umschau 57 (2010) 422-430   | <b>90</b>         |
| Kenntnis der direkten und indirekten Methoden zur Ernährungserhebung;<br><br>Eignung der einzelnen Methoden erkennen können und gezielte Anwendung in der Praxis | <b>Methoden der Ernährungserhebung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Direkte Methoden (retrospektiv und prospektiv)</li> <li>• Indirekte Methoden</li> <li>• Praktisches Training: Anwendung ausgewählter Erhebungsmethoden mit Fallbeispielen und Rollenspielen</li> </ul>   | Bonita R, Beaglehole R, Kjellström T: Einführung in die Epidemiologie. Huber, Bern 2008<br><br>Coggon D: Statistik. Einführung für Gesundheitsberufe. Huber, Bern 2007<br><br>Müller MJ: Ernährungsmedizinische Praxis: Methoden – Prävention – Behandlung. Springer, Berlin, 2. Auflage 2007<br><br>Schulze M: Methoden der epidemiologischen Ernährungsforschung. Ernährungs Umschau 54 (2007) 268-274 | <b>360</b>        |
|  | <b>Gesamt</b>  |  | <b>450</b>        |

| Thema   | 2.2 Methoden zur Erhebung des Ernährungsstatus  |   |            |
|---|---|---|------------|
| <b>Dauer</b>  | Gesamtdauer 2.1 und 2.2: 1170 min (26 Unterrichtseinheiten à 45 min)  |   |            |
| <b>Zielsetzungen</b>  | Die Teilnehmer kennen EDV-unterstützte Methoden zur Erhebung und Auswertung des Lebensmittelverzehrs in Studien, nationale und internationale Verzehrsstudien und deren Relevanz für die Ernährungsberatung sowie anthropometrische Methoden zur Erfassung des Ernährungszustands.  |   |            |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)  | Für die Zulassung zum Lehrgang erforderlich, nicht prüfungsrelevant   |   |            |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)  | Für die Zulassung zum Lehrgang erforderlich, nicht prüfungsrelevant   |   |            |
| Ziele   | Inhalte   | Literatur   | Zeit (min) |
| Kenntnis des Studiendesigns ausgewählter nationaler und internationaler Studien<br><br>Kenntnis anthropometrischer Messmethoden und Anwendung in der Praxis | <b>Methoden zur Erfassung des Ernährungszustands</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ernährungserhebungsinstrumente zum Einsatz in Ernährungsstudien</li> <li>• Vorstellung verschiedener Nährwertberechnungsprogramme im Vergleich</li> <li>• Praktische Übungen zur Erfassung des Ernährungszustands</li> <li>• Praktisches Training: Anwendung ausgewählter Erhebungsmethoden mit Fallbeispielen und Rollenspielen</li> </ul> | Deutsche Gesellschaft für Ernährung, Österreichische Gesellschaft für Ernährung, Schweizerische Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr. Bonn, 2. Auflage, 1. Ausgabe 2016<br><br>Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Kap. 1 Nährstoffbezogene Empfehlungen und Kap. 4 Ernährung bestimmter Gruppen. In: DGE-Beratungs-Standards. Bonn, 10., vollständig überarbeitete Auflage inkl. Ergänzungslieferungen 2009-2013<br><br>Ellinger S: Methoden zur Erfassung des Ernährungszustands. Ernährungs Umschau 62 (2015) 518-527<br><br>Nationale Verzehrsstudie II <a href="http://www.was-esse-ich.de/">http://www.was-esse-ich.de/</a><br><br>Schauder P, Ollenschläger G: Ernährungsmedizin. Prävention und Therapie. Urban und Fischer, München, 3. Auflage 2006 | <b>720</b> |
| Kenntnis der Fragestellung, Zielsetzung und Untersuchungsinhalt ausgewählter Studien. Kenntnis der Relevanz für die Ernährungsberatung                      | <b>Nationale und internationalen Verzehrsstudien</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• NVS II, VERA, GISELA, EPIC, DASH</li> </ul>   |   |            |
|   | <b>Gesamt</b>   |   | <b>720</b> |

### Modul 3: Ernährungssoziologie

|   |   |  |                   |
|---|---|--|-------------------|
| <b>Thema</b>  | <b>3.1 Verbrauchertäuschung</b>   |  |                   |
| <b>Dauer</b><br><b>Zielsetzungen</b>  | 90 min (2 Unterrichtseinheiten à 45 min)<br>Die Teilnehmer sind sensibilisiert für Täuschungen im Lebensmittelbereich und können die Relevanz für den Verbraucher einschätzen. Sie kennen und nutzen die vorhandenen Informationsmöglichkeiten und können den Verbraucher aufklären. [Alternativ ist auch die Thematik „Lebensmittelskandale“ relevant.]                                  |  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)                | Für die Zulassung zum Lehrgang erforderlich, nicht prüfungsrelevant<br>Für die Zulassung zum Lehrgang erforderlich, nicht prüfungsrelevant  |  |                   |
| <b>Ziele</b>  | <b>Inhalt</b>   | <b>Literatur</b>   | <b>Zeit (min)</b> |
| Rechtslage und die Vorgehensweise für die Kontrolle der Lebensmittelkennzeichnung in Deutschland kennen | <b>Verbraucherschutz und Lebensmittelkennzeichnung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anforderungen an die Kennzeichnung</li> <li>• Institutionen und ihre Aufgaben im Verbraucherschutz</li> <li>• Verbot der Irreführung</li> <li>• Gründe für Abmahnungen</li> </ul>   | vzbv und Verbraucherzentralen: Internetportal „www.lebensmittelklarheit.de“<br><br>Bentele G: Akzeptanz in der Medien- und Protestgesellschaft. Springer VS, Heidelberg 2015<br><br>Hirschfelder G: Was der Mensch essen darf. Springer VS, Heidelberg 2015<br><br>Gäng L: Lebensmittelsicherheit in der Gemeinschaftsverpflegung in Deutschland. Ernährungs Umschau 60 (2013) 538-539<br><br>Zühlsdorf A: Vermarktung von Lebensmitteln – Wunsch und Wirklichkeit. <a href="https://www.dbu.de/media/23071404094267ft.pdf">https://www.dbu.de/media/23071404094267ft.pdf</a><br><br>Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (Hrsg.): Suchmaschine für Verbraucher. <a href="http://www.clewwa.de/">http://www.clewwa.de/</a> | <b>90</b>         |
| Auswirkungen der Ladengestaltung im Supermarkt kennen, Empfehlungen für Verbraucher ableiten können     | <b>Verbrauchertäuschung und Verhaltensmanipulation im Supermarkt</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erkenntnisse der Ladengestaltung</li> <li>• Preisgestaltung und Neuromarketing</li> <li>• Empfehlungen für Verbraucher</li> </ul>   |  |                   |
| Ebenen und Beteiligte für den Verbraucherschutz kennen  | <b>Ebenen und Beteiligte für den Verbraucherschutz</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Politik: verbraucherfreundliche Kennzeichnungsregeln</li> <li>• Hersteller: glaubwürdige Aussagen statt leerer Werbeversprechen</li> <li>• Lebensmittelüberwachung: verstärktes Augenmerk auf Täuschungsschutz</li> <li>• Stärkung eines selbstbewussten Verbraucherverhaltens</li> </ul> |  |                   |
| Die Rolle der Medien bewerten können  | <b>Rolle der Medien</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verbreitungskanäle</li> <li>• Beeinflussung des Verbrauchers</li> </ul>  |  |                   |
|   | <b>Gesamt</b>   |  | <b>90</b>         |

|   |  |   |                   |
|---|--|---|-------------------|
| <b>Thema</b>  | <b>3.2 Ernährungsarmut und Lebensmittelhilfe in Deutschland</b>  |   |                   |
| <b>Dauer</b>  | 180 min (4 Unterrichtseinheiten à 45 min)  |   |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>  | Die Teilnehmer werden für die Armutproblematik in Deutschland sensibilisiert. Sie können in der Beratung die Folgen von Ernährungsarmut aus verschiedenen Perspektiven beleuchten und Klienten in prekären Lebenslagen besser beraten.                             |   |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)                                | Für die Zulassung zum Lehrgang erforderlich, nicht prüfungsrelevant<br>Für die Zulassung zum Lehrgang erforderlich, nicht prüfungsrelevant   |   |                   |
| <b>Ziele</b>  | <b>Inhalt</b>  | <b>Literatur</b>  | <b>Zeit (min)</b> |
| Armutskonzepte, das Ausmaß und den Umgang mit Armut in Deutschland kennen   | <b>Armut in Deutschland</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Armutskonzepte</li> <li>• Staatliche Unterstützung zur Armutsbekämpfung</li> </ul>  | Pfeiffer S: Die verdrängte Realität von Ernährungsarmut in Deutschland. Springer, Heidelberg 2014<br>Selke S: Schamland: Die Armut mitten unter uns. Econ, Berlin 2013<br>Stamm, I: Ernährungsarmut und das Menschenrecht auf Nahrung in Deutschland. 2012.<br>Verfügbar unter:<br><a href="http://www.tafelforum.de/fileadmin/user_upload/pdf/2012_GP_RaN_in_Deutschland_final_screen.pdf">http://www.tafelforum.de/fileadmin/user_upload/pdf/2012_GP_RaN_in_Deutschland_final_screen.pdf</a><br>Selke S: Tafeln in Deutschland: Aspekte einer sozialen Bewegung zwischen Nahrungsmittelumverteilung und Armutsintervention. VS Verlag für Sozialwissenschaften, Wiesbaden, 2. Auflage 2011<br>Normann K von: Die Tafel – Brücke zwischen Mangel und Überfluss. Ernährung – Wissenschaft und Praxis 2 (2008) 70-74<br>Wagner K, Gedrich K, Karg G: Lebensmittelkosten im Rahmen einer vollwertigen Ernährung. 2008. <a href="https://www.dge.de/fileadmin/public/doc/ws/fachinfo/Lebensmittelkosten-vollwertige-Ernaehrung.pdf">https://www.dge.de/fileadmin/public/doc/ws/fachinfo/Lebensmittelkosten-vollwertige-Ernaehrung.pdf</a><br>FIAN: Ernährungsarmut und das Menschenrecht auf Nahrung in Deutschland. Grundlagenpapier von FIAN Deutschland. Köln, 2012 | <b>180</b>        |
| Dimensionen von Ernährungsarmut kennen und das eigene Problembewusstsein dafür vergrößern                               | <b>Ernährungsarmut</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definition der materiellen und sozialen Ernährungsarmut</li> </ul>   |   |                   |
| Einfluss der Armut auf Ernährungsgewohnheiten und die daraus resultierende praktische Umsetzung von Empfehlungen kennen | <b>Armut und Ernährung: Studien aus Deutschland</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeine Studienerkenntnisse</li> <li>• Optimierte Mischkost</li> <li>• Kampagne „5-am-Tag“</li> <li>• Warme Hauptmahlzeit</li> </ul>                               |   |                   |
| Konzept und Nutzen der Tafel kennen   | <b>Konzept gegen Ernährungsarmut in Deutschland: Die Tafel</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Idee und Hintergrund</li> <li>• Lebensmittelüberschuss in Deutschland</li> <li>• Historie und Organisation</li> <li>• Lebensmittelverschwendung</li> </ul> |   |                   |
| Konzepte zur Armutsbekämpfung kennen  | <b>Wege aus prekären Lebenslagen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erläuterung zu prekären Lebenslagen</li> <li>• Erweiterung von Humanvermögenspotenzial</li> </ul>  |   |                   |
|   | <b>Gesamt</b>  |   | <b>180</b>        |

|   |   |   |                   |
|---|---|---|-------------------|
| <b>Thema</b>  | <b>3.3 Soziokulturelle Hintergründe der Ernährung und des Ernährungsverhaltens</b>  |   |                   |
| <b>Dauer</b>  | 900 min (20 Unterrichtseinheiten à 45 min)  |   |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>  | Die Teilnehmer erkennen den Einfluss von sozialer Umwelt und sozialem Verhalten auf die Ernährungsgewohnheiten. Die Teilnehmer können ihr Wissen über Esskultur in der Ernährungsberatung einsetzen.  |   |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)  | Für die Zulassung zum Lehrgang erforderlich, nicht prüfungsrelevant   |   |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)  | Für die Zulassung zum Lehrgang erforderlich, nicht prüfungsrelevant   |   |                   |
| <b>Ziele</b>  | <b>Inhalt</b>   | <b>Literatur</b>  | <b>Zeit (min)</b> |
| Die soziokulturellen Hintergründe der Ernährung und des Ernährungsverhaltens kennen und verstehen   | <b>Soziokulturelle Hintergründe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Was ist Esskultur?</li> <li>• Warum essen und trinken wir?</li> <li>• Sinne, Essen und Kommunikation</li> </ul>  | Ernährungs Umschau (Hrsg.): IDEFICS-Studie: Sozio-ökologischer Status der Eltern beeinflusst Ernährungsverhalten der Kinder. Ernährungs Umschau 62 (2015) M316  | <b>900</b>        |
| Bedeutung des Essens und der Nahrungszubereitung für die Lebensqualität einschätzen können, Zusammenhang zwischen aktueller Ernährungssituation und dem Verhalten des Klienten herstellen | <b>Wie essen wir und wie bereiten wir unsere Nahrung zu?</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie essen wir?</li> <li>• Ergebnisse der DELI-Studie</li> <li>• Bedeutung des „Kochens“</li> </ul>  | Reitmeier S: Warum wir mögen, was wir essen: Eine Studie zur Sozialisation der Ernährung. Transcript, Bielefeld 2013<br><br>Dr. Rainer Wild-Stiftung (Hrsg.): Käsebrot mit Marmelade – Geschmack ist mehr als schmecken. Web-Site-Verlag, Elbersdorf 2013                                 |                   |
| Verschiedene Einflussfaktoren auf die Ernährungsweise kennen  | <b>Bedeutung von Normen und Werten für die Ernährungsweise</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfluss von Normen und Werten auf Lebensmittelauswahl und Umgang</li> <li>• Bedeutung der Medien</li> <li>• Bedeutung von Körperidealen</li> </ul> | Schiffer E: Wie Gesundheit entsteht: Salutogenese: Schatzsuche statt Fehlerfahndung. Beltz, Weinheim, 8. Auflage 2013<br><br>Barlösius E: Soziologie des Essens. Eine sozial- und kulturwissenschaftliche Einführung in der Ernährungsforschung. Beltz Juventa, Weinheim, 2. Auflage 2011 |                   |
| Rolle der Ernährung in verschiedenen Altersabschnitten verstehen, Zusammenhang von „Zeit“ und Ernährung kennen  | <b>Ernährung als biographisches Konstrukt</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dimensionen des Alterns</li> <li>• Demografische Veränderungen</li> <li>• Ernährungsverhalten im Verlauf des Lebens</li> <li>• Zeit und Ernährung</li> </ul>         | Wydler H: Salutogenese und Kohärenzgefühl: Grundlagen, Empirie und Praxis eines gesundheitswissenschaftlichen Konzepts. Juventa, Weinheim, 4. Auflage 2010  |                   |
| Konzept der Salutogenese kennen und dessen Relevanz für die eigene Tätigkeit erkennen   | <b>Bedeutung der Salutogenese für das Ernährungs- und Gesundheitsbewusstsein</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Person des Gründers</li> <li>• Kohärenzgefühl</li> <li>• Entwicklung des Ernährungs- und Gesundheitsbewusstseins</li> </ul>       | Bartsch S: Essstile von Männern und Frauen. Ernährungs Umschau 55 (2008) 672-680  |                   |

| Thema   | 3.3 Soziokulturelle Hintergründe der Ernährung und des Ernährungsverhaltens  |   |            |
|---|--|---|------------|
| Die Teilnehmer betrachten Ernährung nicht nur aus ernährungsphysiologischer Sicht, sondern entdecken Genuss und „Sinnlichkeit“ der Ernährung. | <b>Essen und Sinnlichkeit</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Essen, Genuss und Sinnlichkeit</li> <li>• Braucht der Mensch Aphrodisiaka?</li> </ul> | Methfessel B: Salutogenese – ein Modell fordert zum Umdenken auf. Teil 1. Ernährungs Umschau 54 (2007) 704-709<br><br>Methfessel B: Salutogenese – ein Modell fordert zum Umdenken auf Teil 2. Ernährungs Umschau 55 (2008) 37-43 |            |
|   | <b>Gesamt</b>  |   | <b>900</b> |

## Modul 4: EDV-unterstützte Nährwertberechnung

|  |  |  |                   |
|--|--|--|-------------------|
| <b>Thema</b>   | <b>EDV-unterstützte Nährwertberechnung</b>   |  |                   |
| <b>Dauer</b><br><b>Zielsetzungen</b>   | 405 min (9 Unterrichtseinheiten à 45 min)<br>Die Teilnehmer beherrschen eine Software zur Nährwertberechnung, um damit Ernährungsprotokolle auszuwerten und Pläne zu erstellen. Sie können die Ergebnisse von Nährwertberechnungen interpretieren, dem Klienten vermitteln und mit ihm die Lebensmittelauswahl optimieren.   |  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)                 | Für die Zulassung zum Lehrgang dringend empfohlen, nicht prüfungsrelevant<br>Für die Zulassung zum Lehrgang dringend empfohlen, nicht prüfungsrelevant   |  |                   |
| <b>Ziele</b>   | <b>Inhalt</b>  | <b>Literatur</b>   | <b>Zeit (min)</b> |
| Eine Software zur Berechnung von Ernährungsprotokollen und Plänen beherrschen                            | <b>Nährwertberechnungsprogramm wie DGExpert u. a.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verwalten von Klienten</li> <li>• Eingabe von Ernährungsprotokollen</li> <li>• Berechnen, Analysieren und Optimieren von Protokollen</li> <li>• Eingabe von zusätzlichen Lebensmitteln</li> <li>• Eingabe und Bearbeitung eigener Rezepturen</li> <li>• Erstellen und Bearbeiten von Tages- und Wochenspeiseplänen</li> </ul> | DGExpert: Verfügbar unter:<br><a href="http://www.dgexpert.de/startseite/">http://www.dgexpert.de/startseite/</a><br><br>Rauth S et al.: BLS 3.01 – Wie wirkt sich die Aktualisierung auf das Ergebnis von Nährwertberechnungen aus. Ernährungs Umschau 59 (2012) 374-379<br><br>Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL): Der Bundeslebensmittelschlüssel. <a href="https://www.blsdb.de/">https://www.blsdb.de/</a> | <b>405</b>        |
| Ergebnisse von Nährwertberechnungen in der Beratung umsetzen und ihre Grenzen kritisch beurteilen können | <b>Auswertung von Ernährungsprotokollen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ergebnisse bewerten und interpretieren</li> <li>• Umsetzung der Ergebnisse in der Ernährungsberatung</li> <li>• Grenzen von Nährwertberechnungen</li> </ul>   |  |                   |
|  | <b>Gesamt</b>  |  | <b>405</b>        |

## Modul 5: Ernährung und Gesundheit

| Thema   | 5.1 Nutritive und präventive Aspekte von Nährstoffen – Teil 1   |   |            |
|---|---|---|------------|
| <b>Dauer</b><br><b>Zielsetzungen</b>  | 255 min (6 Unterrichtseinheiten à 45 min)<br>Die Teilnehmer kennen die Zielsetzung und Handhabung der Referenzwerte, die Versorgungssituation in Deutschland, Vor- und Nachteile der Lebensmittelanreicherung sowie den Metabolismus des Alkohols und dessen Auswirkungen auf den Körper. Sie beurteilen die Situation des Klienten bezüglich des Nährstoffbedarfs und entwerfen entsprechende Pläne und Konzepte für die Ernährungsberatung. |   |            |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)  | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung<br>Klausur A  |   |            |
| Ziele   | Inhalt  | Literatur   | Zeit (min) |
| Zielsetzung der Referenzwerte, Unterschied zwischen Empfehlung, Schätzwert, Richtwert kennen und in der Beratung umsetzen   | <b>Einführung in die D-A-CH-Referenzwerte</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zielsetzung und Handhabung</li> <li>• Inhalte</li> </ul>   | Deutsche Gesellschaft für Ernährung, Österreichische Gesellschaft für Ernährung, Schweizerische Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr. Bonn, 2. Auflage, 1. Ausgabe 2016  | <b>60</b>  |
| Faktoren des Energieverbrauchs, Richtwerte für Energie und PAL-Wert kennen, mit dem PAL-Wert rechnen  | <b>Energiebedarf des Menschen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Energieverbrauch</li> <li>• Körperliche Aktivität (Physical Activity Level = PAL)</li> </ul>   | Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Leitlinie Fett kompakt – Fettkonsum und Prävention ausgewählter ernährungsmitbedingter Krankheiten. Bonn, 2. Auflage 2015  | <b>195</b> |
| Aufbau, Klassifizierung, Funktion, Bedarf der Makronährstoffe kennen; Glyx- und Low-Carb-Diäten bewerten; zentrale Aussagen der DGE-Leitlinien „Fett“ und „Kohlenhydrate“ kennen; Metabolismus des Alkohols und Auswirkungen kennen und einschätzen | <b>Energieliefernde Nährstoffe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Proteine</li> <li>• Fette</li> <li>• Kohlenhydrate</li> <li>• Ballaststoffe</li> <li>• Alkohol</li> </ul>   | Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Energiedichte der Nahrung und Körpergewicht. Wissenschaftliche Stellungnahme 1/2014, S. 14-23<br><br>Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Die Nährstoffe – Bausteine für Ihre Gesundheit. Bonn, 3. Auflage 2015                                |            |
| Funktion, Vorkommen, Bedarf, Überdosierung, Versorgungssituation von Vitaminen und Mineralstoffen kennen; Vor- und Nachteile der Lebensmittelanreicherung und der Supplementierung kennen und beurteilen  | <b>Ausgewählte Vitamine und Mineralstoffe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Folat/Folsäure, Vitamin D, Vitamin K</li> <li>• Eisen, Calcium, Jod, Selen</li> </ul>  | Biesalski HK, Grimm P: Taschenatlas Ernährung. Thieme Verlag, Stuttgart, 6. Auflage 2015<br><br>Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Kap. 1 Nährstoffbezogene Empfehlungen. In: DGE-Beratungs-Standards. Bonn, 10., vollständig überarbeitete Auflage inkl. Ergänzungslieferungen 2009-2013 |            |
|   | <b>Gesamt</b>   |   | <b>255</b> |

| <b>Thema</b>   |  |  |                   |
|--|--|--|-------------------|
| <b>5.2 Nutritive und präventive Aspekte von Nährstoffen – Teil 2</b>   |  |  |                   |
| <b>Dauer</b>   | 360 min (8 Unterrichtseinheiten à 45 min)  |  |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>   | Die Teilnehmer kennen Entstehung, Merkmale und Wirkungen von freien Radikalen und Antioxidantien sowie Grundlagen und Risikofaktoren der Krebsentstehung. Sie beurteilen die Risiken des Klienten bezüglich Radikalbildung und Versorgungslage für Antioxidantien und planen entsprechende Empfehlungen bezüglich Ernährung und Lebensstil in das Beratungskonzept ein. Sie kennen den Ernährungskreis und die Dreidimensionale Lebensmittelpyramide der DGE und setzen diese in der Ernährungsberatung ein. |  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)   | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung  |  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)   | Klausur A  |  |                   |
| <b>Ziele</b>   | <b>Inhalt</b>  | <b>Literatur</b>   | <b>Zeit (min)</b> |
| Wichtige präventive Aspekte von Nährstoffen und Nahrungsinhaltsstoffen kennen  | <b>Präventive Aspekte in den D-A-CH-Referenzwerten</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sekundäre Pflanzenstoffe, freie Radikale</li> <li>• Folat/Folsäure, Vitamin K</li> </ul>   | Deutsche Gesellschaft für Ernährung, Österreichische Gesellschaft für Ernährung, Schweizerische Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr. Bonn, 2. Auflage, 1. Ausgabe 2016<br><br>Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): DGE-Ernährungskreis. 2015. Verfügbar unter: <a href="http://www.dge-ernaehrungskreis.de/start/">http://www.dge-ernaehrungskreis.de/start/</a><br><br>Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Lebensmittelbezogene Ernährungsempfehlung in Deutschland, Bonn 2014<br><br>Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Die Dreidimensionale Lebensmittelpyramide – Fachinformation. Bonn, 6. Auflage 2016<br><br>Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Stellungnahme – Obst und Gemüse in der Prävention chronischer Krankheiten. Bonn 2012<br><br>Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Kap. 1.10 Sekundäre Pflanzenstoffe, Kap. 3 Präventive Aspekte der Ernährung. In: DGE-Beratungs-Standards. Bonn, 10. vollständig überarbeitete Auflage inkl. Ergänzungslieferungen 2009-2013 | <b>360</b>        |
| Beispiele von Nährstoffen und Nahrungsinhaltsstoffen für die Prävention chronischer Krankheiten  | <b>Prävention chronischer Erkrankungen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Herz-Kreislauf-Erkrankungen</li> <li>• Krebserkrankungen</li> <li>• Weitere Krankheiten, z. B. Diabetes mellitus</li> </ul>  |  |                   |
| Hauptgruppen der sekundären Pflanzenstoffe kennen, Beispiele für physiologische und pharmakologische Wirkungen kennen  | <b>Sekundäre Pflanzenstoffe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hauptgruppen</li> <li>• Beispiele für präventive Wirkungen</li> </ul>   |  |                   |
| Grundlagen des oxidativen Stresses kennen  | <b>Freie Radikale</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Entstehung, Merkmale und Wirkungen von freien Radikalen und Antioxidantien</li> <li>• Antioxidative Mechanismen des Körpers</li> </ul>  |  |                   |
| Grundlagen und Risikofaktoren der Krebsentstehung kennen und einschätzen; Präventives Potential von Antioxidantien und weiteren Nährstoffen kennen und in der Beratung einsetzen | <b>Einfluss der Ernährung auf die Tumorentstehung und Tumorentwicklung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlagen der Krebsentstehung</li> <li>• Risikofaktoren</li> <li>• Präventive Einflussfaktoren: Antioxidantien und weitere Nährstoffe bzw. Nahrungsinhaltsstoffe</li> </ul>   |  |                   |

| Thema   | 5.2 Nutritive und präventive Aspekte von Nährstoffen – Teil 2  |  |            |
|---|--|--|------------|
| Zentrale Aussagen und Empfehlungen des WCRF-Reports (World Cancer Research Fund) und der DGE-Stellungnahme kennen | <b>Einfluss der Lebensweise auf die Entstehung chronischer Erkrankungen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Empfehlungen zu Lebensstil und Krebsprävention laut WCRF-Report</li> <li>• DGE-Stellungnahme „Obst und Gemüse in der Prävention chronischer Krankheiten“</li> </ul>                             | <p>Watzl B (Bearbeiter): Einfluss sekundärer Pflanzenstoffe auf die Gesundheit. In: Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Ernährungsbericht 2012. Bonn 2012, S. 355-374</p> <p>Biesalski HK, Grimm P: Taschenatlas Ernährung. Thieme Verlag, Stuttgart, 6. Auflage 2015</p>   |            |
| Vor- und Nachteile von Medien in der Beratung kennen; Medien in der Beratung individuell einsetzen                | <b>Grafische Umsetzung von Ernährungsempfehlungen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• DGE-Ernährungskreis</li> <li>• Dreidimensionale DGE-Lebensmittelpyramide</li> <li>• Lebensmittelbasierte Empfehlungen für die Praxis</li> <li>• Lebensmittelbezogene Ernährungsempfehlungen in Deutschland</li> </ul> | <p>Irmiler AB: Sekundäre Pflanzenstoffe: Einsatz in der naturheilkundlichen Therapie. Eubiotika Verlag, Wiesbaden 2015</p> <p>Müller SD: Sekundäre Pflanzenstoffe in der menschlichen Ernährung. Grin Verlag GmbH, München 2015</p> <p>Oberbeil K: Obst und Gemüse als Medizin: Die besten Nahrungsmittel für Ihre Gesundheit. Südwest Verlag, München 2015</p> <p>Borrmann A, Mensink GBM: Obst- und Gemüsekonsum von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Bundesgesundheitsblatt 58, 9 (2015) 1005-1014</p> <p>Müller SD: Vitamine, Mineralstoffe und sekundäre Pflanzenstoffe in der Therapie und Prophylaxe. Grin Verlag GmbH, München 2013</p> <p>Bechthold A: Gemüse und Obst in der Prävention ausgewählter chronischer Krankheiten. Ernährungs Umschau 59 (2012) 464-469</p> <p>WCRFI: Ernährung, körperliche Aktivität und Krebsprävention: Eine globale Perspektive. London 2007. Verfügbar unter: <a href="http://www.dietandcancerreport.org/cancer_resource_center/downloads/summary/german.pdf">http://www.dietandcancerreport.org/cancer_resource_center/downloads/summary/german.pdf</a></p> |            |
|   | <b>Gesamt</b>  |  | <b>360</b> |

| Thema   | 5.3 Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit   |   |            |
|---|--|---|------------|
| <b>Dauer</b>  | 90 min (2 Unterrichtseinheiten à 45 min plus 15 min)   |   |            |
| <b>Zielsetzungen</b>  | Die Teilnehmer kennen die physiologischen Veränderungen in Schwangerschaft und Stillzeit und die daraus resultierenden Veränderungen der Energie- und Nährstoffzufuhr. Sie kennen schädigende Substanzen in bestimmten Lebensmitteln und wissen, welche zu meiden sind. Sie analysieren die Ernährungssituation der Klientin und leiten Maßnahmen für die Beratung ab. |   |            |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)  | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung<br>Klausur A   |   |            |
| Ziele   | Inhalt   | Literatur   | Zeit (min) |
| Veränderungen des Energie- und Nährstoffbedarfs kennen und in Lebensmittel-mengen umsetzen, bei kritischen Vitaminen und Mikronährstoffen Empfehlungen zur Supplementierung kennen und beurteilen | <b>Mehrbedarf an Energie und Nährstoffen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Energiebedarf in Schwangerschaft und Stillzeit</li> <li>Nährstoffgehalt von Muttermilch</li> <li>Hauptnährstoffe</li> <li>Kritische Vitamine und Mikronährstoffe</li> </ul>  | Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Kap. 4.2 Ernährung in der Schwangerschaft, Kap. 4.3 Ernährung in der Stillzeit. In: DGE-Beratungs-Standards. Bonn, 10., vollständig überarbeitete Auflage inkl. Ergänzungslieferungen 2009-2013  | 90         |
| Mengen und Risiken von schädigenden Substanzen kennen und einschätzen können  | <b>Toxische Substanzen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Alkohol</li> <li>Koffein</li> <li>Quecksilber in Raubfischen</li> </ul>  | Stellungnahme der Nationalen Stillkommission am Bundesinstitut für Risikobewertung (30.04.2015): <a href="http://www.bfr.bund.de/cm/343/update-der-s3-leitlinie-allergiepraevention-weicht-von-stillempfehlung-der-nationalen-stillkommission-ab.pdf">http://www.bfr.bund.de/cm/343/update-der-s3-leitlinie-allergiepraevention-weicht-von-stillempfehlung-der-nationalen-stillkommission-ab.pdf</a> .  |            |
| Quellen von Rückständen und Kontaminanten kennen, Gefahr einordnen und entsprechend beraten   | <b>Rückstände/Kontaminanten in Muttermilch</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Was sind Rückstände und Kontaminanten?</li> <li>Wo kommen sie vor?</li> <li>Wie kritisch ist die Belastung?</li> </ul>   | Körner U: Ernährungsberatung in Schwangerschaft und Stillzeit. Hippokrates Verlag, Stuttgart, 3. Auflage 2014<br><br>Hilbig A: Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit. Ernährungs Umschau 60 (2013) 466-474   |            |
| Mögliche Schäden und Folgen von Lebensmittelinfektionen kennen und verstehen, wie sie zu vermeiden sind; Beratung zur Lebensmittelauswahl   | <b>Lebensmittelinfektionen in der Schwangerschaft</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Listerien</li> <li>Toxoplasmose</li> <li>zu meidende Lebensmittel</li> </ul>  | aid (Hrsg.): Säuglingsernährung und Ernährung der stillenden Mutter. 2. Auflage 2013. Verfügbar unter: <a href="http://www.was-wir-essen.de/infosfuer/schwangerschaft.php">http://www.was-wir-essen.de/infosfuer/schwangerschaft.php</a><br><br>Bundesinstitut für Risikobewertung (Hrsg.): Verbrauchertipps: Schutz vor lebensmittelbedingten Infektionen mit Listerien. Verfügbar unter: <a href="http://www.bfr.bund.de/cm/238/verbrauchertipps_schutz_vor_lebensmittelbedingten_infektionen_mit_listerien.pdf">http://www.bfr.bund.de/cm/238/verbrauchertipps_schutz_vor_lebensmittelbedingten_infektionen_mit_listerien.pdf</a><br><br>Bundesinstitut für Risikobewertung (Hrsg.): Nationale Stillkommission. Verfügbar unter: <a href="http://www.bfr.bund.de/cd/2404">http://www.bfr.bund.de/cd/2404</a> |            |
|   | <b>Gesamt</b>  |   |            |

| Thema  | 5.4 Ernährung des Säuglings und Kleinkindes   |  |            |
|--|---|--|------------|
| <b>Dauer</b>   | 135 min (3 Unterrichtseinheiten à 45 min)   |  |            |
| <b>Zielsetzungen</b>   | Die Teilnehmer kennen die Grundzüge der Säuglingsernährung, die Vorteile des Stillens, die Unterschiede in Zusammensetzung und Angebot von Säuglingsnahrung und vermitteln diese in der Beratung.                                   |  |            |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)   | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung<br>Klausur A  |  |            |
| Ziele  | Inhalt  | Literatur  | Zeit (min) |
| Entwicklungsphasen des Kindes kennen   | <b>Entwicklung des Säuglings</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Entwicklungsphasen</li> <li>Motorische Fähigkeiten</li> </ul>   | Deutsche Gesellschaft für Ernährung, aid (Hrsg.): Allergierisiko? Wie Eltern vorbeugen können. Bonn 2009   | <b>135</b> |
| Vorteile des Stillens kennen   | <b>Stillen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Empfehlungen der Nationalen Stillkommission</li> <li>Zusammensetzung der Muttermilch</li> <li>Vorteile des Stillens und Tipps für die Praxis</li> </ul>                       | Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Kap. 4.4 Ernährung des Säuglings. In: DGE-Beratungs-Standards. Bonn, 10., vollständig überarbeitete Auflage inkl. Ergänzungslieferungen 2009-2013 |            |
| Zusammensetzung, Unterschiede industriell hergestellter Säuglingsnahrungen kennen und bewerten;<br>Rechtliche Voraussetzungen kennen | <b>Industriell</b> hergestellte Säuglingsflaschennahrung <ul style="list-style-type: none"> <li>Rechtliche Anforderungen</li> <li>Unterschiede zwischen verschiedenen Produkten</li> <li>Zubereitung</li> </ul>                     | Netzwerk Gesund ins Leben (Hrsg.): Baby-led weaning kann klassische B(r)eikost ergänzen. Ernährungs Umschau 62 (2015) 260  |            |
| Bezüglich Allergierisiko umfassend beraten   | <b>Säuglingsnahrung und Allergien</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Empfehlungen bei Allergiegefährdung und manifesten Allergien</li> </ul>  | Alexy U, Hilbig A: Die beste Ernährung fürs Baby und Kleinkind. Kösel-Verlag München 2014  |            |
| Einführung der Beikost und Übergang zur Familienmahlzeit vermitteln  | <b>Beikost</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Einführung der Mahlzeiten nach dem Ernährungsplan für das erste Lebensjahr des FKE (bis 9. Monat)</li> <li>Übergang in die Familienernährung (10.-12. Lebensmonat)</li> </ul> | Forschungsinstitut für Kinderernährung (Hrsg.): Empfehlungen für die Ernährung von Säuglingen und Kindern mit einer Lebensmittelallergie, Dortmund 2014  |            |
| Die Vor- und Nachteile verschiedener Kostformen und Angebote kennen und beurteilen   | <b>Säuglingsnahrung – selbst zubereitet oder industriell hergestellt?</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Muttermilchersatz, Beikost</li> <li>Hinweise zur Auswahl und Verwendung von Fertigprodukten</li> </ul>             | Cremer M: Das beste Essen für Babys. IN FORM, Gesund ins Leben, Bonn, 6. Auflage 2016  |            |
| Problematische Lebensmittel und Nährstoffe kennen, sich daraus ergebende Empfehlungen in der Beratung vermitteln                     | <b>Tipps für die Praxis</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Lebensmittelauswahl für das erste Jahr</li> <li>Nährstoffsupplemente</li> </ul>  | Eugster G: Babyernährung gesund & richtig B(r)eikost und Fingerfood nach dem 6. Lebensmonat. Urban und Fischer/ Elsevier, München, 6. Auflage 2013   |            |

| Thema | 5.4 Ernährung des Säuglings und Kleinkindes |   |            |
|-------|---|---|------------|
|       |   | <p>Eugster G: Kinderernährung gesund richtig Expertenwissen und Tipps für den Essalltag. Urban und Fischer Verlag/Elsevier, München, 2. Auflage 2012</p> <p>Alexy U, Clausen K: Die Ernährung gesunder Kinder und Jugendlicher nach dem Konzept der Optimalen Mischkost. Ernährungs Umschau 55 (2008) 168-177</p> <p>Alexy U, Hilbig A: Update Säuglingsernährung. Ernährungs Umschau 63 (2016) M716-M724</p> |            |
|       | <b>Gesamt</b>                               |   | <b>135</b> |

|   |  |  |                   |
|---|--|--|-------------------|
| <b>Thema</b>  | <b>5.5 Ernährung im Alter</b>  |  |                   |
| <b>Dauer</b><br><b>Zielsetzungen</b>  | 90 min (2 Unterrichtseinheiten à 45 min)<br>Die Teilnehmer kennen die häufigsten physiologischen, psychischen sowie sozialen Veränderungen im Alter und deren Auswirkungen auf den Körper sowie die altersbedingten Veränderungen des Nährstoffbedarfs. Sie analysieren den Ernährungszustand und den Lebensstil des Klienten und leiten Konsequenzen für die Ernährungsberatung ab. Sie kennen wichtige Parameter für die Bestimmung des Ernährungszustandes und Methoden zur Diagnostik von Mangelernährung und wenden diese an. |  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)  | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung<br>Klausur A   |  |                   |
| <b>Ziele</b>  | <b>Inhalt</b>  | <b>Literatur</b>   | <b>Zeit (min)</b> |
| Definition von Altersgruppen, Altersentwicklung in Deutschland und die häufigsten Veränderungen im Alter und deren Auswirkungen kennen                                      | <b>Altern – was bedeutet das?</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definition und gesellschaftliche Entwicklung</li> <li>• Veränderungen im Alter <ul style="list-style-type: none"> <li>– physiologisch</li> <li>– psychisch</li> <li>– sozial</li> </ul> </li> </ul>   | Deutsche Gesellschaft für Ernährung, aid (Hrsg.): Senioren in der Gemeinschaftsverpflegung. Bonn, 3. Auflage 2013<br><br>Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Kap. 4.6 Ernährung älterer Menschen. In: DGE-Beratungs-Standards. Bonn, 10., vollständig überarbeitete Auflage inkl. Ergänzungslieferungen 2009-2013<br><br>Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Fit im Alter. Verfügbar unter: <a href="http://www.fitimalter-dge.de/startseite.html">http://www.fitimalter-dge.de/startseite.html</a>  | <b>90</b>         |
| Einflussfaktoren auf die Nahrungsaufnahme bzw. Nährstoffversorgung und altersbedingte Veränderungen des Nährstoffbedarfs kennen und Konsequenzen für die Ernährung ableiten | <b>Ernährung im Alter</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einflussfaktoren auf die Nahrungsaufnahme und Nährstoffversorgung</li> <li>• Altersbedingte Veränderungen des Nährstoffbedarfs</li> </ul>   | Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Essen und Trinken im Alter. Bonn, 2. Auflage, 1. korrigierter Nachdruck 2014<br><br>Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Essen und Trinken bei Demenz. Bonn, 2. aktualisierte Auflage, 1. korrigierter Nachdruck 2014   |                   |
| Wichtige Parameter für die Bestimmung des Ernährungszustandes und Methoden zur Diagnostik von Mangelernährung kennen und anwenden   | <b>Mangelernährung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wichtige Parameter für die Bestimmung des Ernährungszustandes</li> <li>• Methoden zur Erfassung von Mangelernährung <ul style="list-style-type: none"> <li>– Screening</li> <li>– Assessment, z. B. MNA</li> </ul> </li> <li>• Praktische Umsetzung der Empfehlungen</li> </ul>  | Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): 12. Ernährungsbericht 2012. Bonn 2012, S. 137-186<br><br>Smoliner C: Ernährung in der Altenpflege. Urban und Fischer Verlag, München, 2. Auflage 2013<br><br>Volkert D, Heseker H, Stehle P: Ernährungssituation von Senioren und Seniorinnen mit Pflegebedarf in Privathaushalten (ErnSiPP-Studie) In: Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Ernährungsbericht 2012. Bonn 2012, S. 137-186<br><br>Küpper C: Mangelernährung im Alter, Teil 1 Definition, Verbreitung und Diagnose. Ernährungs Umschau 56 (2010) 204-211 |                   |

| Thema | 5.5 Ernährung im Alter |   |           |
|-------|------------------------|---|-----------|
|       |                        | <p>Küpper C: Mangelernährung im Alter, Teil 2 Ursachen und Folgen, Therapie und Prävention. Ernährungs Umschau 56 (2010) 256-262</p> <p>Nestlé: Mini Nutritional Assessment (MNA). <a href="http://www.mna-elderly.com">http://www.mna-elderly.com</a></p> <p>Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in stationären Senioreneinrichtungen. Bonn, 3. Auflage, 1. korrigierter Nachdruck 2015</p> <p>Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): DGE-Qualitätsstandard für Essen auf Rädern. Bonn, 3. Auflage, 1. korrigierter Nachdruck 2015</p> <p>Menebröcker C: Ernährung in der Altenpflege. Urban und Fischer, Jena 2008</p> <p>Menebröcker C, Rebbe J, Gross A: Kochen für Menschen mit Demenz. Books on Demand, Norderstedt 2008</p> |           |
|       | <b>Gesamt</b>          |   | <b>90</b> |

| Thema  |  | 5.6 Ernährung und Sport   |            |
|--|--|---|------------|
| <b>Dauer</b>   | 135 min (3 Unterrichtseinheiten à 45 min)  |   |            |
| <b>Zielsetzungen</b>   | Die Teilnehmer kennen den gesundheitlichen Nutzen von Sport, die Mechanismen des Körpers zur Energiebereitstellung, die Funktion und Bedeutung der Nährstoffe während körperlicher Belastung sowie positive und negative Wirkungen von Leistungsförderern. Sie analysieren die Ernährung des Klienten und dessen Lebensstil, beraten und befähigen ihn, die Ernährung im Rahmen seiner körperlichen Aktivität zu optimieren. |   |            |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)   | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung  |   |            |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)   | Klausur A  |   |            |
| Ziele  | Inhalt   | Literatur   | Zeit (min) |
| Positive Effekte von Breitensport kennen und vermitteln  | <b>Sport und Gesundheit</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definition von Breitensport</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen von Sport</li> </ul>   | Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Kap. 4.1 Ernährung im Breitensport. In: DGE-Beratungs-Standards. Bonn, 10. vollständig überarbeitete Auflage inkl. Ergänzungslieferungen 2009-2013<br>Berg A, König D: Optimale Ernährung des Sportlers. S. Hirzel Verlag, Stuttgart 2008<br>Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Richtiges Trinken in Training und Wettkampf. DGEinfo (2006); 5: 73-75<br><a href="http://www.dge.de/modules.php?name=News&amp;file=article&amp;sid=612">http://www.dge.de/modules.php?name=News&amp;file=article&amp;sid=612</a><br>Konopka P: Sporternährung: Grundlagen, Ernährungsstrategien, Leistungsförderung. BLV Buchverlag, München, 16. Auflage 2015<br>Schek A: Ernährung des Leistungssportlers in Training und Wettkampf. Ernährungs Umschau 61 (2014) 370-379<br>Schek A: Die Ernährung des Sportlers. Empfehlungen für die leistungsorientierte Trainingspraxis. Ernährungs Umschau 55 (2008) 362-370<br>Swiss Forum Sport Nutrition: <a href="http://www.forumsportnutrition.ch/nutrition/sports/">www.forumsportnutrition.ch/nutrition/sports/</a><br>Australian Institute of Sport: <a href="http://www.ausport.gov.au">www.ausport.gov.au</a><br>IOC consensus on sports nutrition 2010: Journal of Sports Sciences 29, Suppl 1 (2011): IOC Conference on Nutrition in Sport, 25-27 October 2010, Lausanne, Switzerland | 135        |
| Verschiedene Mechanismen zur Energiebereitstellung während des Sports kennen   | <b>Energiebereitstellung im Körper</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Energiebilanz und -speicher</li> <li>• Energiebereitstellung während körperlicher Belastung in Abhängigkeit von Dauer und Intensität</li> <li>• Energieverbrauch bei verschiedenen Sportarten</li> </ul>   |   |            |
| Funktion und Bedeutung der Hauptnährstoffe im Rahmen körperlicher Aktivität kennen; entsprechend der körperlichen Aktivität des Klienten beraten | <b>Funktion der Makronährstoffe und des Wassers</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fett</li> <li>• Kohlenhydrate</li> <li>• Proteine</li> <li>• Wasser</li> <li>• Welche Ernährung bei welcher Belastung?</li> </ul>   |   |            |
| Vorkommen, Funktion und Wirkungen der einzelnen Substanzen kennen; Potential zur Leistungssteigerung beurteilen                                  | <b>Beurteilung von Substanzen zur Leistungssteigerung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ergogene Substanzen, z. B. Koffein, Kreatin, L-Carnitin,</li> <li>• Antioxidantien</li> </ul>   |   |            |
|  | <b>Gesamt</b>  |   |            |

|   |  |  |                   |
|---|--|--|-------------------|
| <b>Thema</b>  | <b>5.7 Ernährung und Nachhaltigkeit</b>  |  |                   |
| <b>Dauer</b>  | 90 min (2 Unterrichtseinheiten à 45 min)   |  |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>  | Die Teilnehmer kennen die Definitionen von Nachhaltigkeit und Ernährungsökologie, die Nachhaltigkeitsdimensionen und die Grundsätze für eine Nachhaltige Ernährung. Sie sind in der Lage, die Anliegen der Nachhaltigkeit den Klienten näher zu bringen oder auch als Gesprächsförderer zu nutzen und dadurch einen Beitrag für deren stärkere Beachtung zu leisten.                                   |  |                   |
| Prüfung (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br>Prüfung (Variante intensiv)  | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung<br>Klausur A   |  |                   |
| <b>Ziele</b>  | <b>Inhalt</b>  | <b>Literatur</b>   | <b>Zeit (min)</b> |
| Die Definitionen verstehen und wiedergeben können   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definitionen „Nachhaltigkeit“ und „Nachhaltige Ernährung“</li> <li>• Definition „Ernährungsökologie“</li> </ul>   | <p>von Koerber K, Männle T, Leitzmann C: Vollwert-Ernährung, Konzeption einer zeitgemäßen und nachhaltigen Ernährung. Haug, Stuttgart, 11. Auflage 2012</p> <p>von Koerber K: Fünf Dimensionen der Nachhaltigen Ernährung und weiterentwickelte Grundsätze – Ein Update. Ernährung im Fokus 2014; 16: 260-268</p> <p>von Koerber K, Hohler H: Nachhaltig genießen, Rezeptbuch für unsere Zukunft. TRIAS, Stuttgart 2012</p> <p>Job und Fit, DGE-Qualitätsstandard für die Betriebsverpflegung, Kapitel 5. 4. Auflage 2015.<br/><a href="http://www.jobundfit.de/service/medien">http://www.jobundfit.de/service/medien</a></p> <p>Universität Paderborn, Verbraucherzentrale NRW: Wertschätzung und Verschwendung von Lebensmitteln.<br/><a href="http://www.vz-nrw.de/wertschaetzung">http://www.vz-nrw.de/wertschaetzung</a></p> <p>Schockemöhle J, Stein M (Hrsg.): Nachhaltige Ernährung lernen in verschiedenen Ernährungssituationen. Klinkhardt, Bad Heilbrunn 2015</p> <p>UNESCO-Weltaktionsprogramm: Bildung für nachhaltige Entwicklung.<br/><a href="http://www.bne-portal.de/">http://www.bne-portal.de/</a></p> | <b>90</b>         |
| Die verschiedenen Dimensionen der Nachhaltigkeit benennen und erklären sowie Vernetzungen erkennen können.<br>Die wichtigsten globalen Herausforderungen in den Dimensionen kennen und die Zusammenhänge mit verschiedenen Ernährungsstilen aufzeigen können. | <b>Fünf Dimensionen einer Nachhaltigen Ernährung, einschließlich globalen Herausforderungen</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wirtschaft</li> <li>2. Gesundheit</li> <li>3. Umwelt</li> <li>4. Gesellschaft</li> <li>5. Kultur</li> </ol>  |  |                   |
| Die sieben Grundsätze für eine Nachhaltige Ernährung kennen. Die jeweiligen Argumente aus den fünf Dimensionen benennen und abwägen können. Anhand der Dimensionen praktische Lösungsmöglichkeiten erarbeiten können.   | <b>Sieben Grundsätze für eine nachhaltige Ernährung</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bevorzugung pflanzlicher LM</li> <li>2. Ökologisch erzeugte LM</li> <li>3. Regionale und saisonale Erzeugnisse</li> <li>4. Bevorzugung gering verarbeiteter LM</li> <li>5. Fair gehandelte LM</li> <li>6. Ressourcenschonendes Haushalten</li> <li>7. Genussvolle und bekömmliche Speisen</li> </ol> |  |                   |
| Ideen sammeln, wie die Anliegen der Nachhaltigkeit bzw. Nachhaltigen Ernährung methodisch-didaktisch vermittelt und/oder als Aufhänger genutzt werden können.<br>Spezifische Methodenkompetenzen bzgl. „Bildung für nachhaltige Entwicklung“ (BNE) kennen.    | <b>Nachhaltige Ernährung im Beratungsgespräch und in der Ernährungsbildung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Konkrete Umsetzungsvorschläge für Interessierte, z. B. Einkauf, Lagerung, Zubereitung, Außer-Haus-Verpflegung</li> <li>• Sensibilisierung fürs Thema</li> <li>• Nutzung als Aufhänger, z. B. bei Jugendlichen</li> </ul>   |  |                   |
|   | <b>Gesamt</b>  |  | <b>90</b>         |

| Thema   | 5.8 Alternative Ernährungsformen  |   |                    |
|---|---|---|--------------------|
| <b>Dauer</b><br><b>Zielsetzungen</b>  | Eigenstudium (auf Basis der DGE-Beratungs-Standards)<br>Die Teilnehmer kennen die Grundlagen verschiedener alternativer Ernährungsformen und können diese ernährungsphysiologisch bewerten. In der Ernährungsberatung beurteilen sie, ob die Versorgung einzelner Nährstoffe kritisch ist und bauen ihr Wissen und ihre Erkenntnisse in die Beratung ein. |   |                    |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)        | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung<br>Klausur A  |   |                    |
| Ziele   | Inhalt  | Literatur   | Zeit (min)         |
| Unterschied „alternative Kostform“ und „Diät“ kennen; Motive kennen                             | <b>Alternative Kostformen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definition und Abgrenzung zu Diäten</li> <li>• Welche Motive gibt es für die Wahl einer alternativen Kostform?</li> </ul>  | Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Kap. 2.3 Bewertung spezieller Ernährungsweisen. In: DGE-Beratungs-Standards. Bonn, 10., vollständig überarbeitete Auflage inkl. Ergänzungslieferungen 2009-2013<br><br>Arbeitsgruppe Ernährungsökologie am Institut für Ernährungswissenschaft, Justus-Liebig-Universität Gießen: Gießener Rohkost-Studie. Verfügbar unter: <a href="http://www.uni-giessen.de/fbr09/nutrecol/forsc_rohkost.php">http://www.uni-giessen.de/fbr09/nutrecol/forsc_rohkost.php</a><br><br>Kerschke-Risch P: Vegane Ernährung: Motive, Einstieg und Dauer. Ernährungs Umschau 62 (2015) 330-335<br><br>Schwing A: Vegane Ernährung Teil 1: Gesundheitliche Risiken und Chancen: Ernährungs Umschau 61 (2014) 23-26<br><br>Schwing A: Vegane Ernährung Teil 2: Diskutierte Nährstoffe und gesundheitliche Vorteile. Ernährungs Umschau 61 (2014) 27-30<br><br>Nakamura J, Arnoldi M, Nakamura M: Makrobiotische Ernährungslehre nach Ohsawa. Mahajiva, Georgsmarienhütte 2014 | <b>individuell</b> |
| Grundlagen der Vollwert-Ernährung kennen und ernährungsphysiologisch bewerten                   | <b>Vollwert-Ernährung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definition und Grundlagen</li> <li>• Ernährungsphysiologische Bewertung</li> </ul>   |   |                    |
| Grundlagen der vegetarischen bzw. veganen Ernährung kennen und ernährungsphysiologisch bewerten | <b>Vegetarische Ernährung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definition und Grundlagen</li> <li>• Ernährungsphysiologische Bewertung</li> </ul>   |   |                    |
| Grundlagen der Rohkost-Ernährung kennen und ernährungsphysiologisch bewerten                    | <b>Rohkost-Ernährung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definition und Grundlagen</li> <li>• Ernährungsphysiologische Bewertung</li> </ul>  |   |                    |
| Grundlagen der Original Hayschen Trennkost kennen und ernährungsphysiologisch bewerten          | <b>Original Haysche Trennkost</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definition und Grundlagen</li> <li>• Ernährungsphysiologische Bewertung</li> </ul>   |   |                    |
| Grundlagen der Makrobiotik kennen und ernährungsphysiologisch bewerten                          | <b>Makrobiotik</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definition und Grundlagen</li> <li>• Ernährungsphysiologische Bewertung</li> </ul>  |   |                    |
| Grundlagen der Ernährung im Ayurveda kennen und ernährungsphysiologisch bewerten                | <b>Ernährung im Ayurveda</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definition und Grundlagen</li> <li>• Ernährungsphysiologische Bewertung</li> </ul>  |   |                    |
| Klientenzentrierte Gesprächsführung nach Rogers anwenden  | <b>Alternative Kostformen in der Ernährungsberatung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie gehe ich mit Klienten um, die sich alternativ ernähren (wollen)?</li> </ul>  |   |                    |

| Thema | 5.8 Alternative Ernährungsformen |   |  |
|-------|----------------------------------|---|--|
|       |                                  | <p>Leitzmann C, Keller M: Vegetarische Ernährung. UTB, Stuttgart, 3. Auflage 2013</p> <p>Leitzmann C, Keller M: Vegetarismus: Grundlagen, Vorteile, Risiken. C. H. Beck, München, 2. Auflage 2012</p> <p>von Koerber K, Männle T, Leitzmann C: Vollwert-Ernährung: Konzeption einer zeitgemäßen und nachhaltigen Ernährung Haug Verlag, Stuttgart, 11. Auflage 2012</p> |  |

| Thema   | 5.9 Säure-Basen-Haushalt und Ernährung   |   |            |
|---|--|---|------------|
| <b>Dauer</b>  | 135 min (3 Unterrichtseinheiten à 45 min)  |   |            |
| <b>Zielsetzungen</b>  | Die Teilnehmer kennen und verstehen die Grundlagen und Bedeutung des Säure-Basen-Haushalts sowie den Einfluss verschiedener Nährstoffe, Lebensmittel, Kostformen, des Sports, des Fastens und bestimmter Krankheiten auf den Säure-Basen-Haushalt. Sie analysieren die Ernährungssituation des Klienten und leiten entsprechende Empfehlungen für die Beratung ab. |   |            |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)  | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung  |   |            |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)  | Klausur A  |   |            |
| Ziele   | Inhalt   | Literatur   | Zeit (min) |
| Grundlagen und Bedeutung des Säure-Basen-Haushalts sowie Gründe für mögliche Entgleisungen kennen und verstehen | <b>Grundlagen des Säure-Basen-Haushalts</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bedeutung des Säure-Basen-Haushalts</li> <li>• Störungen des Säure-Basen-Haushalts</li> <li>• Einfluss der Ernährung</li> </ul>   | Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Kap. 2.3.5 Original Haysche Trennkost. In: DGE-Beratungs-Standards. Bonn, 10., vollständig überarbeitete Auflage inkl. Ergänzungslieferungen 2009-2013   | <b>135</b> |
| Einfluss einzelner Nährstoffe und Lebensmittel auf den Säure-Basen-Haushalt kennen                              | <b>Ernährung und Säure-Basen-Haushalt</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nährstoffe und ihr Einfluss auf den Säure-Basen-Haushalt</li> <li>• Alkalisierende und säuernde Lebensmittel</li> </ul>   | Bergheim I, Gleit M: Darmmikrobiom und Ernährung. Der Gastrologe 10 (2015) 116-117<br>Fischer E: Vegan fasten & schlank bleiben 140 Basenrezepte. Kneipp-Verlag, Bad Wörishofen 2015  |            |
| Einfluss verschiedener Kostformen, des Fastens sowie Sport auf den Säure-Basen-Haushalt kennen                  | <b>Kostformen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfluss verschiedener Kostformen</li> <li>• Fasten</li> <li>• Sport</li> </ul>   | Lohmann M: Der Basen-Doktor: Basische Ernährung: gezielte Hilfe bei den häufigsten Beschwerden. Trias, Stuttgart, 2. Auflage 2013<br>Buchinger A: Buchinger Heilfasten: Mein 7-Tage-Programm für zu Hause. Trias, Stuttgart, 3. Auflage 2013  |            |
| Einfluss der Ernährung auf bestimmte Krankheiten kennen und entsprechende Ernährungsempfehlungen ableiten       | <b>Erkrankungen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfluss der Ernährung auf Osteoporose, Harnsteine, Hyperurikämie und Gicht sowie Komponenten des Metabolischen Syndroms</li> <li>• Ernährungsempfehlungen</li> </ul>   | Ploss O: Moderne Praxis bewährter Regulationstherapien: Entgiftung und Ausleitung, Säure-Basen-Haushalt, Darmsanierung. Haug, Stuttgart, 3. Auflage 2012<br>Siener R: Säure-Basenhaushalt und Ernährung. Ernährungs Umschau 58 (2011) 562-568<br>Worlitschek M: Praxis des Säure-Basen-Haushaltes: Grundlagen und Therapie. Karl F. Haug Verlag, Stuttgart 2009 |            |
|   | <b>Gesamt</b>  |   | <b>135</b> |

| Thema   |   | 5.10 Mikrobiota und Ernährung  |            |
|---|---|--|------------|
| Dauer   | 135 min (3 Unterrichtseinheiten à 45 min)   |  |            |
| Zielsetzungen   | Die Teilnehmer kennen den aktuellen Forschungsstand zum Thema Mikrobiota. Sie können den Einfluss der Ernährung auf die Mikrobiota und die Einsatzmöglichkeiten von Pre- und Probiotika einschätzen und Klientenfragen dazu beantworten.      |  |            |
| Prüfung (Variante kompakt/berufsbegleitend)                                   | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung   |  |            |
| Prüfung (Variante intensiv)   | Klausur A   |  |            |
| Ziele   | Inhalt  | Literatur  | Zeit (min) |
| Grundlagen zum Thema Mikrobiota und ihrer Bedeutung für die Gesundheit kennen | <ul style="list-style-type: none"> <li>Zusammensetzung der Mikrobiota im Darm</li> <li>Diversität der Mikrobiota</li> <li>Untersuchungsmethoden und aktueller Forschungsstand</li> <li>Bedeutung der Mikrobiota für die Gesundheit</li> </ul> | <p>Andresen, V.; Enck, P et al.: S2k-Leitlinie Chronische Obstipation: Definition, Pathophysiologie, Diagnostik und Therapie. AWMF-Registriernummer 021/019</p> <p>Bischoff SC, Köchling C: Pro- und Präbiotika. Akt Ernährungsmed 37 (2012) 287-306</p> <p>Blaut M: Ernährungsabhängige Einflüsse der intestinalen Mikrobiota. Ernährungs Umschau 62 (2015) 216-229</p>   | 135        |
| Einfluss spezifischer Inhaltsstoffe der Nahrung auf die Mikrobiota kennen     | <ul style="list-style-type: none"> <li>Zusammenhänge zwischen Ernährung und Mikrobiota</li> <li>Möglichkeiten und Grenzen der Beeinflussung der Mikrobiota</li> </ul>   | <p>Graf D, Di Cagno R et al.: Contribution of diet to the composition of the human gut microbiota. Microbial Ecology in Health &amp; Disease 26 (2015) 26164</p> <p>Hörmannspurger G et al.: Intestinales Mikrobiom. Akt. Ernährungsmedizin 41 (2016) 207-217</p>  |            |
| Einsatzmöglichkeiten von Pre- und Probiotika kennen                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>Einsatz von Pre- und Probiotika in Prävention und Therapie</li> <li>Relevante Leitlinien</li> </ul>  | <p>Layer P; Andresen V, Pehl C; S3-Leitlinie Reizdarmsyndrom. AWMF-Registrierungsnummer 021/016</p>  |            |
|   |   | <p>S2k-Leitlinie Chronische Obstipation: Definition, Pathophysiologie, Diagnostik und Therapie.<br/> <a href="http://www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/021-019I_S2k_Chronische_Obstipation_2013-06_01.pdf">http://www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/021-019I_S2k_Chronische_Obstipation_2013-06_01.pdf</a></p> <p>S3-Leitlinie Klinische Ernährung in der Gastroenterologie (Teil 4) – Chronisch-entzündliche Darmerkrankungen.<br/> <a href="http://www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/073-027I_S3_Klinische_Ern%C3%A4hrung_Chronisch_entz%C3%BCndliche_Darmerkrankung_2014-08.pdf">http://www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/073-027I_S3_Klinische_Ern%C3%A4hrung_Chronisch_entz%C3%BCndliche_Darmerkrankung_2014-08.pdf</a></p> |            |
|   | <b>Gesamt</b>   |  | <b>135</b> |

|  |   |   |                   |
|--|---|---|-------------------|
| <b>Thema</b>   | <b>5.11 Ausgewählte Aspekte zur Hunger- und Sättigungsregulation</b>  |   |                   |
| <b>Dauer</b><br><b>Zielsetzungen</b>   | 135 min (3 Unterrichtseinheiten à 45 min)<br>Die Teilnehmer kennen und verstehen die Grundlagen der Sättigungsregulation, verschiedene Theorien der Energiehomöostase, insbesondere das aktuelle Modell zur Hunger- und Sättigungsregulation und kennen die Wirkungsweisen von Medikamenten in der Adipositas-therapie. Sie wenden diese Erkenntnisse in der Beratung an, analysieren das Essverhalten und entwickeln mit dem Klienten entsprechende Handlungsweisen. |   |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)   | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung<br>Klausur A  |   |                   |
| <b>Ziele</b>   | <b>Inhalt</b>   | <b>Literatur</b>  | <b>Zeit (min)</b> |
| Vorgänge im Gehirn zur Sättigungsregulation kennen und verstehen   | <b>Neurophysiologische Grundlagen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie funktioniert die Reizweiterleitung im Gehirn?</li> <li>• Überblick über die verschiedenen Nervensysteme</li> <li>• Aufgaben und Funktion des Hypothalamus</li> </ul>   | Blüher M: Medikamentöse Therapie vs. bariatrische Chirurgie bei Adipositas und Typ-2-Diabetes. 2015. Verfügbar unter: <a href="http://link.springer.com/article/10.1007/s00108-014-3534-6">http://link.springer.com/article/10.1007/s00108-014-3534-6</a>   | <b>135</b>        |
| Verschiedene Theorien zur Energiehomöostase von 1950 bis heute kennen  | <b>Theorien zur Energiehomöostase</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Was ist Sättigung/Sattheit?</li> <li>• Theorien zur Energiehomöostase</li> </ul>   | Hauner H: Handbuch Essstörungen und Adipositas. Springer, Heidelberg 2015   |                   |
| Grundlagen des heutigen Modells kennen und verstehen;<br>Ursachen der Adipositas analysieren und Motive des Essens identifizieren  | <b>Modernes Modell zur Hunger- und Sättigungsregulation</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Signale des Gastrointestinaltrakts</li> <li>• Belohnungssystem des Gehirns</li> <li>• Essen und Sucht</li> </ul>   | Kleine B, Rossmannith W: Hormone und Hormonsystem. Springer, Stuttgart, 3. Auflage 2014<br><br>Schreyer K: Gewichtsmanagement in der Adipositas-therapie: Bausteine für eine lebenslange Gewichtsstabilisierung. Diplomica Verlag, Hamburg 2014   |                   |
| Wirkungsweisen von Medikamenten in der Adipositas-therapie und deren Einsatz kennen; Erfolgsaussichten beurteilen können; Kurzfristige und langfristige Belohnungsmöglichkeiten mit dem Klienten entwickeln, die nicht im Kontext mit Essen stehen | <b>Anwendung in der Praxis</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Medikamente in der Adipositas-therapie</li> <li>• Verhaltensänderung in der Adipositas-therapie</li> <li>• Belohnungssysteme</li> </ul>   | Lechleitner M: Pharmakologische Ansätze in der Adipositas-therapie, Journal für Endokrinologie und Stoffwechsel – Austria, 7 (2014) 55-57, Verfügbar unter: <a href="http://www.kup.at/kup/pdf/12302.pdf">http://www.kup.at/kup/pdf/12302.pdf</a><br><br>Langhans W: Hunger und Sättigung. Ernährungs Umschau 57 (2010) 550-558 |                   |
|  | <b>Gesamt</b>   |   | <b>135</b>        |

|   |  |  |                   |
|---|--|--|-------------------|
| <b>Thema</b>  | <b>5.12 Supplemente und funktionelle Lebensmittel</b>  |  |                   |
| <b>Dauer</b><br><b>Zielsetzungen</b>  | 180 min (4 Unterrichtseinheiten à 45 min)<br>Die Teilnehmer kennen die Definition von Nahrungsergänzungsmitteln, aktuelle rechtliche Anforderungen an Nahrungsergänzungsmittel sowie die Abgrenzung zu Arzneimitteln. Sie kennen die Einsatzgebiete von Nahrungsergänzungsmitteln und beurteilen in der Beratung, ob eine Supplementierung sinnvoll ist. Konkrete Empfehlungen zur Verwendung von Nahrungsergänzungsmitteln erfolgen in Absprache mit dem behandelnden Arzt. |  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)  | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung<br>Klausur A   |  |                   |
| <b>Ziele</b>  | <b>Inhalt</b>  | <b>Literatur</b>   | <b>Zeit (min)</b> |
| Definition von Nahrungsergänzungsmitteln, aktuelle rechtliche Anforderungen an Nahrungsergänzungsmittel und Abgrenzung zu Arzneimitteln kennen; Vor- und Nachteile von Nahrungsergänzungsmitteln kennen und verstehen | <b>Definition von Nahrungsergänzungsmitteln und rechtliche Rahmenbedingungen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definition von Nahrungsergänzungsmitteln</li> <li>• Abgrenzung zu diätetischen Lebensmitteln und Arzneimitteln</li> <li>• Vor- und Nachteile von Nahrungsergänzungsmitteln</li> <li>• Rechtsnormen und zuständige Institutionen</li> </ul>   | Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Kap. 2.2 Health Claims. In: DGE-Beratungsstandards. Bonn, 10., vollständig überarbeitete Auflage inkl. Ergänzungslieferungen 2009-2013<br><br>Deutscher Olympia Sportbund (DOSB) (2014): Nahrungsergänzungsmittel. Verfügbar unter: <a href="http://www.dosb.de/fileadmin/fm-dosb/arbeitsfelder/leistungssport/Konzepte/NEM_Broschuere-web_14-7-2014_Doppelseitig.pdf">http://www.dosb.de/fileadmin/fm-dosb/arbeitsfelder/leistungssport/Konzepte/NEM_Broschuere-web_14-7-2014_Doppelseitig.pdf</a><br><br>Schütz LM: Nahrungsergänzungsmittel im sportlichen Bereich: Verzweigt-kettige Aminosäuren und ihr Einfluss auf die sportliche Leistungsfähigkeit. Bachelor + Master Publishing, Hamburg (2012)<br><br>Bundesinstitut für Risikobewertung (Hrsg.): Fragen und Antworten zu Nahrungsergänzungsmitteln. FAQ des BfR vom 1. Februar 2008. Verfügbar unter: <a href="http://www.bfr.bund.de/cm/343/fragen_und_antworten_zu_nahrungsergaenzungsmitteln.pdf">http://www.bfr.bund.de/cm/343/fragen_und_antworten_zu_nahrungsergaenzungsmitteln.pdf</a> | <b>180</b>        |
| Notwendigkeit der Supplementierung beurteilen; in der Beratung analysieren, ob eine Supplementierung sinnvoll ist;  | <b>Wer braucht Nahrungsergänzungsmittel?</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sind Nahrungsergänzungsmittel notwendig?</li> <li>• Für wen werden Nahrungsergänzungsmittel empfohlen?</li> <li>• Worauf sollte man bei der Auswahl von Nahrungsergänzungsmitteln achten?</li> </ul>   |  |                   |

| Thema   | 5.12 Supplemente und funktionelle Lebensmittel   |  |            |
|---|--|--|------------|
| <p>Klientenzentrierte Gesprächsführung nach Rogers anwenden; Empfehlungen nur in Absprache mit dem Arzt</p> | <p><b>Nahrungsergänzungsmittel in der Ernährungsberatung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie gehe ich mit Klienten um, die Nahrungsergänzungsmittel verwenden bzw. verwenden wollen?</li> </ul> | <p>Bundesinstitut für Risikobewertung (Hrsg.): Gesundheitliche Bewertung von Nahrungsergänzungsmitteln. Verfügbar unter: <a href="http://www.bfr.bund.de/de/gesundheitliche_bewertung_von_nahrungsergaenzungsmitteln-945.html">http://www.bfr.bund.de/de/gesundheitliche_bewertung_von_nahrungsergaenzungsmitteln-945.html</a></p> <p>Max Rubner-Institut: Nationale Verzehrsstudie. Ergebnisbericht, Teil II. 2008, <a href="http://www.was-esse-ich.de/uploads/media/NVSII_Abschlussbericht_Teil_2.pdf">http://www.was-esse-ich.de/uploads/media/NVSII_Abschlussbericht_Teil_2.pdf</a></p> <p>Rempe C: Produkte im rechtlichen Grenzbereich. Nahrungsergänzungsmittel und diätetische Produkte. Ernährung im Fokus 8 (2008) 84-89</p> <p>Wenzel P: Die Vitalstoff-Entscheidung: Gesund und fit durch natürliche Nahrungsergänzung. Maya Media, Coburg (2007)</p> <p>Czitrich O: Nahrungsergänzungsmittel! Sinnvoll oder gefährlich. Grin, München 2007</p> <p>Bundesministerium der Justiz: Verordnung über Nahrungsergänzungsmittel. Verfügbar unter: <a href="http://www.gesetze-im-internet.de/bundesrecht/nemv/gesamt.pdf">http://www.gesetze-im-internet.de/bundesrecht/nemv/gesamt.pdf</a></p> <p>Bund für Lebensmittelrecht und Lebensmittelkunde e.V.: Nahrungsergänzungsmittel. Verfügbar unter: <a href="http://www.blm.de/themen/nahrungsergaenzungsmittel/ergaenzungsmittel.html">http://www.blm.de/themen/nahrungsergaenzungsmittel/ergaenzungsmittel.html</a></p> <p>Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen. Nahrungsergänzungsmittel. Verfügbar unter: <a href="http://www.vz-nrw.de/Nahrungsergaenzung">http://www.vz-nrw.de/Nahrungsergaenzung</a></p> |            |
|   | <b>Gesamt</b>  |  | <b>180</b> |

| Thema  | 5.13 Gentechnik im Lebensmittelbereich   |   |            |
|--|--|---|------------|
| <b>Dauer</b>   | 90 min (2 Unterrichtseinheiten à 45 min)   |   |            |
| <b>Zielsetzungen</b>   | Die Teilnehmer kennen die Unterschiede zwischen konventioneller Züchtung und Gentechnik, die Einsatzbereiche und Kennzeichnung von gentechnisch veränderten Lebensmitteln. Sie können Nutzen und Gefahren einordnen und in die Beratung einbeziehen.           |   |            |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)   | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung  |   |            |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)   | Klausur A  |   |            |
| Ziele  | Inhalt   | Literatur   | Zeit (min) |
| Unterschiede, Gemeinsamkeiten und Ziele konventioneller Züchtung und Gentechnik; Grundzüge der Gentechnik verstehen                        | <b>Züchtung und Genetik</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterschiede und Gemeinsamkeiten konventioneller Züchtung und Gentechnik</li> <li>• Wie funktioniert Gentechnik?</li> </ul>   | Heberer B: Grüne Gentechnik (essential). Springer, Heidelberg 2015<br>Bundesinstitut für Risikobewertung (Hrsg.): Gesundheitliche Bewertung von gentechnisch veränderten Futtermitteln. <a href="http://www.bfr.bund.de/cd/2391">http://www.bfr.bund.de/cd/2391</a><br>BioSicherheit <a href="http://www.biosicherheit.de/">http://www.biosicherheit.de/</a><br>Transgen Wissenschaftskommunikation. <a href="http://www.transgen.de">http://www.transgen.de</a><br>Greenpeace. <a href="http://www.greenpeace.de/">http://www.greenpeace.de/</a> | <b>90</b>  |
| Unterschiedliche Kategorien gentechnisch veränderter Lebensmittel und Einsatzbereiche von gentechnisch veränderten Organismen (GVO) kennen | <b>Anwendungsbereiche der Gentechnik</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kategorien gentechnisch veränderter Lebensmittel: In welcher Form werden GVO in Lebensmitteln eingesetzt?</li> <li>• In welchen Lebensmitteln sind GVO zu finden?</li> </ul> |   |            |
| Verstehen, wann ein Lebensmittel als gentechnisch verändert gekennzeichnet wird und wie die Kennzeichnung erfolgt                          | <b>Kennzeichnung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennzeichnung eines GVO</li> <li>• Kennzeichnung „ohne Gentechnik“</li> </ul>  |   |            |
| Nutzen und Risiken der Gentechnik kennen und einschätzen können  | <b>Nutzen und Risiken</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nutzen</li> <li>• Risikodiskussion</li> </ul>   |   |            |
|  | <b>Gesamt</b>  |   |            |

|  |   |  |                   |
|--|---|--|-------------------|
| <b>Thema</b>   | <b>5.14 Evidenzbasierte Leitlinien</b>  |  |                   |
| <b>Dauer</b>   | 60 min (1 Unterrichtseinheit à 45 min plus 15 min)  |  |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>   | Die Teilnehmer kennen die Grundlagen und Einsatzgebiete der evidenzbasierten Leitlinien in Medizin und Ernährungswissenschaft und wenden die Aussagen evidenzbasierter Leitlinien in der Beratung an.   |  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)                                   | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung<br>Klausur A  |  |                   |
| <b>Ziele</b>   | <b>Inhalt</b>   | <b>Literatur</b>   | <b>Zeit (min)</b> |
| Begriffe Evidenz, evidenzbasierte Medizin bzw. evidenzbasierte Ernährung; Datenbank für Leitlinien                         | <b>Grundlagen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definitionen</li> <li>• Wer gibt Leitlinien heraus? Wo sind sie zu finden?</li> </ul>  | <p>Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ): Leitlinien. <a href="http://www.leitlinien.de/leitlinienmethodik/leitlinien-glossar/glossar/leitlinie-fuer-leitlinien">http://www.leitlinien.de/leitlinienmethodik/leitlinien-glossar/glossar/leitlinie-fuer-leitlinien</a></p> <p>Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF): <a href="http://www.awmf.org/">http://www.awmf.org/</a></p> <p>Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Fettzufuhr und Prävention ausgewählter ernährungsmitbedingter Krankheiten – Evidenzbasierte Leitlinie. Bonn, 2. Version (2015) <a href="https://www.dge.de/wissenschaft/leitlinien/leitlinie-fett/">https://www.dge.de/wissenschaft/leitlinien/leitlinie-fett/</a></p> <p>Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Leitlinie Fett kompakt – Fettzufuhr und Prävention ausgewählter ernährungsmitbedingter Krankheiten. Bonn, 2. Auflage 2015</p> <p>Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Kohlenhydratzufuhr und Prävention ausgewählter ernährungsmitbedingter Krankheiten – Evidenzbasierte Leitlinie. Bonn 2011. <a href="http://www.dge.de/wissenschaft/leitlinien/leitlinie-kohlenhydrate/">http://www.dge.de/wissenschaft/leitlinien/leitlinie-kohlenhydrate/</a></p> | <b>60</b>         |
| Einsatzgebiete von Leitlinien und evidenzgestütztes Vorgehen kennen; Leitlinien in der Ernährungswissenschaft kennen       | <b>Evidenz in der Ernährungswissenschaft</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Evidenz-gestütztes Vorgehen</li> <li>• Leitlinien in der Ernährungswissenschaft</li> </ul>  |  |                   |
| Methodisches Vorgehen zur Entwicklung einer Leitlinie kennen und die Qualität wissenschaftlicher Studien beurteilen können | <b>Strategien der Leitlinienentwicklung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Methodisches Vorgehen der DGE</li> <li>• Bewertung wissenschaftlicher Studien</li> <li>• Probleme bei der Erstellung von Leitlinien im Bereich Ernährung</li> </ul>  |  |                   |
| Zentrale Aussagen der DGE-Leitlinien kennen; CUP-Project kennen  | <b>Beispiele für aktuelle evidenzbasierte Leitlinien</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• DGE-Leitlinien „Fettzufuhr/Kohlenhydratzufuhr und Prävention ausgewählter ernährungsmitbedingter Krankheiten“</li> <li>• World Cancer Research Fund; hier: Fokus auf das Continuous Update Project (CUP Project)</li> </ul> |  |                   |

| Thema | 5.14 Evidenzbasierte Leitlinien |   |           |
|-------|---------------------------------|---|-----------|
|       |                                 | <p>Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Leitlinie Kohlenhydrate kompakt – Kohlenhydratzufuhr und Prävention ausgewählter ernährungsmitbedingter Krankheiten. Bonn 2011</p> <p>Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): Evidenzbasierte DGE-Leitlinien zur Prävention chronischer Krankheiten – Darstellung der allgemeinen methodischen Vorgehensweise. 2014. <a href="https://www.dge.de/fileadmin/public/docs/Allgemeine-methodische-Vorgehensweise-DGE-Leitlinien.pdf">https://www.dge.de/fileadmin/public/docs/Allgemeine-methodische-Vorgehensweise-DGE-Leitlinien.pdf</a></p> <p>WCRF: Ernährung, körperliche Aktivität und Krebsprävention: Eine globale Perspektive. London 2007. Verfügbar unter: <a href="http://www.dietandcancerreport.org/cancer_resource_center/downloads/summary/german.pdf">http://www.dietandcancerreport.org/cancer_resource_center/downloads/summary/german.pdf</a><br/> <a href="http://www.wcrf.org/int/research-we-fund/continuous-update-project-findings-reports">http://www.wcrf.org/int/research-we-fund/continuous-update-project-findings-reports</a></p> |           |
|       | <b>Gesamt</b>                   |   | <b>60</b> |

## Modul 6: Ernährungspsychologie

| Thema  | 6.1 Psychologische Ansätze in der Ernährungsberatung  |   |            |
|--|---|---|------------|
| <b>Dauer</b>   | 765 min (17 Unterrichtseinheiten à 45 min)  |   |            |
| <b>Zielsetzungen</b>   | Die Teilnehmer verstehen die Bedeutung der Psychologie in der Ernährungsberatung. Sie kennen Modelle zur Verhaltensänderung, wenden diese in der Praxis an und befähigen Klienten, ihre Selbstwirksamkeit zu erhöhen, Ansatzpunkte zur Motivation zu finden und ihr Verhalten dauerhaft zu ändern.  |   |            |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)                             | Klausur (45 min)  |   |            |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)   | Klausur B   |   |            |
| Ziele  | Inhalt  | Literatur   | Zeit (min) |
| Bedeutung der Psychologie in der Ernährungsberatung verstehen                  | <b>Bedeutung der Psychologie in der Ernährungsberatung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterschied zwischen Psychologe und Psychiater</li> <li>• Definitionen verschiedener therapeutischer Ansätze</li> <li>• Abgrenzung zwischen Psychologie und Ernährungsberatung</li> <li>• Interdisziplinäre Zusammenarbeit zwischen Ernährungsberater und Psychologe</li> </ul> | Kaczmarek E: Modelle der Verhaltensänderung: Selbstregulation, Ernährungsumstellung und das Transtheoretische Modell. Grin Verlag, München 2015<br>Klotter C: Einführung Ernährungspsychologie. UTB, Stuttgart, 2. Auflage 2014   | <b>90</b>  |
| Menschenbild, Zielsetzung, Einsatzgebiet der fünf Psychotherapieschulen kennen | <b>Vergleich der Psychotherapieschulen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verhaltenstherapeutischer Ansatz</li> <li>• Psychoanalytischer Ansatz</li> <li>• Gestalttherapeutischer Ansatz</li> <li>• Gesprächstherapeutischer Ansatz</li> <li>• Systemischer Ansatz</li> </ul>   | Lückerath E, Müller SD: Diätetik und Ernährungsberatung. Karl F. Haug, Stuttgart, 5. Auflage 2013<br>Maier J: Das Transtheoretische Modell. Grin Verlag, München 2013<br>Kugler J: Der Umgang mit schwierigen Situationen in der Ernährungsberatung. Ernährungs Umschau 59 (2012) 170-179 | <b>180</b> |
| Inhalte der verschiedenen Lerntheorien kennen                                  | <b>Lerntheorien</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Konditionierung nach Pawlow, Operantes Konditionieren</li> <li>• Lernen mit Verstärkern</li> <li>• Die sozial-kognitive Theorie von Bandura</li> <li>• Ursachenforschung/Attribution</li> </ul>  | Schmidt D: Motivation: 88 Strategien, Impulse und Tipps für eine hohe Selbstmotivation. Gabler Verlag, Wiesbaden 2012<br>Kugler J: Verhaltensmodifikation in der Ernährungsberatung. Ernährungs Umschau 56 (2009) 36-44   | <b>135</b> |
| Klienten befähigen, ihre Selbstwirksamkeit zu erhöhen                          | <b>Motivationsstrategien</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stärkung der Selbstwirksamkeit</li> <li>• Erkennen von Ressourcen und Barrieren</li> </ul>  |   | <b>90</b>  |

| Thema   | 6.1 Psychologische Ansätze in der Ernährungsberatung   |  |            |
|---|--|--|------------|
| Modelle zur Verhaltensänderung kennen und Klienten befähigen, ihr Verhalten dauerhaft zu ändern | <b>Modelle gesundheitlicher Handlungsweisen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prozessmodell gesundheitlichen Handelns</li> <li>• Transtheoretisches Modell</li> <li>• Rückfallmodell von Marlatt</li> </ul> |  | <b>180</b> |
| Ziele nach der SMARTE-Regel vereinbaren, Konzept zur Verhaltensänderung planen und durchführen  | <b>Arbeit mit Zielvereinbarungen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Therapieplanung und -abschluss</li> <li>• SMART-Regel</li> </ul>   |  | <b>90</b>  |
|   | <b>Gesamt</b>  |  | <b>765</b> |

|   |  |   |                   |
|---|--|---|-------------------|
| <b>Thema</b>  | <b>6.2 Biopsychosoziale Faktoren von Krankheit</b>   |   |                   |
| <b>Dauer</b>  | 360 min (8 Unterrichtseinheiten à 45 min)  |   |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>  | Die Teilnehmer analysieren Ursachen und Auswirkungen von Krankheiten nach dem biopsychosozialen Modell, leiten Maßnahmen ab und wenden verhaltenstherapeutische Ansätze in der Ernährungsberatung an. Sie verstehen die Zielsetzung der Salutogenese und der Resilienzforschung und integrieren diese in die Beratung. |   |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)  | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung<br>Klausur B   |   |                   |
| <b>Ziele</b>  | <b>Inhalt</b>  | <b>Literatur</b>  | <b>Zeit (min)</b> |
| Definition von Gesundheit kennen  | <b>Gesundheit und Krankheit</b><br>• Was bedeutet Gesundheit?  | Klotter, C: Einführung Ernährungspsychologie. UTB, Stuttgart, 2. Auflage 2014<br><br>Knoll N, Scholz U, Rieckmann N: Einführung in die Gesundheitspsychologie. UTB, Stuttgart, 3. Auflage 2013<br><br>Franke A: Modelle von Gesundheit und Krankheit. Verlag Hans Huber, Bern, 3. Auflage 2012<br><br>Willmann HG: 30 Minuten Resilienz. Gabal, Offenbach, 8. Auflage 2011<br><br>Wydler H, Kolip P, Abel T: Salutogenese und Kohärenzgefühl: Grundlagen, Empirie und Praxis eines gesundheitswissenschaftlichen Konzepts. Beltz Juventa, Weinheim, 4. Auflage 2010 | <b>180</b>        |
| Krankheitsmodelle mit ihren Ansätzen und Blickrichtungen verstehen;<br>Krankheitsursachen und Auswirkungen nach Engels beurteilen | <b>Entwicklung der Krankheitsmodelle</b><br>• Historische Entwicklung<br>• Biomedizinischer, psychischer und sozialer Ansatz<br>• Das biopsychosoziale Krankheitsmodell nach G. Engels   |   |                   |
| Ursachen der Adipositas erkennen und den verhaltenstherapeutischen Ansatz in die Ernährungsberatung übertragen                    | <b>Das biopsychosoziale Modell am Beispiel Adipositas</b><br>• Essverhalten: Was ist „normal“?<br>• Entstehungsfaktoren von Adipositas<br>• Das biopsychosoziale Modell nach Lehrke und Lässle 2003  |   |                   |
| Wechselbeziehung zwischen Gesundheit und Krankheit sowie Auswirkungen von Krankheit auf die Psyche erkennen und analysieren       | <b>Psychologische Aspekte chronischer Erkrankungen</b><br>• Wechselbeziehungen zwischen Gesundheit und Krankheit<br>• Folgen chronischer Erkrankungen<br>• Ebenen der Krankheitsbewältigung  |   |                   |
| Persönlichkeitsfaktoren, die die Krankheitsentstehung beeinflussen, analysieren und Maßnahmen ableiten                            | <b>Persönlichkeitsfaktoren der Krankheitsentstehung</b><br>• Was macht einen Menschen anfällig für Krankheiten?  |   | <b>45</b>         |
| Erkenntnisse der Salutogenese und der Resilienzforschung verstehen und in der Beratung einsetzen                                  | <b>Konzept der Salutogenese, Resilienzforschung</b><br>• Salutogenese: Die Entstehung von Gesundheit<br>• Resilienz: Kapazität psychischer Widerstandsfähigkeit  |   | <b>45</b>         |
|   | <b>Gesamt</b>  |   |                   |

## Modul 7: Methodik und Didaktik in der Beratung

| Thema   | 7.1 Grundlagen zur Vorbereitung und Durchführung von Lehrveranstaltungen   |  |            |
|---|--|--|------------|
| <b>Dauer</b>  | 720 min (16 Unterrichtseinheiten à 45 min)   |  |            |
| <b>Zielsetzungen</b>  | Die Teilnehmer planen und führen Schulungseinheiten durch, in dem sie Lernziele und Inhalte aufeinander abstimmen, motivierende Impulse integrieren, verschiedene didaktische Herangehensweisen, Aktions- und Sozialformen, Medien sowie Methoden zum Feedback und zur Auflockerung einsetzen. In schwierigen Situationen analysieren sie Störungen und wenden entsprechende Lösungsstrategien an. |  |            |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)  | Klausur (45 min)   |  |            |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)  | Klausur C  |  |            |
| Ziele   | Inhalt   | Literatur  | Zeit (min) |
| Definition von Didaktik und Curriculum kennen, Planung einer Schulung erstellen   | <b>Grundlagen der Didaktik</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definition Didaktik</li> <li>• Curriculum und Planung einer Schulung</li> </ul>  | Dürschmidt P: Unterrichten will gelernt sein. Pädagogisches Know-how für die Seminargestaltung. Ernährungs Umschau 57 (2010) 90-98   | 90         |
| Lernziele erstellen, anhand der Lernziel-taxonomie ableiten und operationalisieren  | <b>Lernziele</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lernzieltaxonomie</li> <li>• Lernzielbereiche</li> <li>• Präzisionsgrad</li> <li>• Operationalisierung von Lernzielen</li> </ul>   | Dürschmidt P: Methodensammlung für Trainer und Trainerinnen. Manager Seminare Verlag, Bonn, 10. Auflage 2015   | 90         |
| Motivierende Impulse integrieren/anwenden   | <b>Motivation</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motivierung über Inhalte</li> <li>• Motivierung über Dozent</li> <li>• Motivierung über Verständlichkeit</li> <li>• Weitere Möglichkeiten der Motivation</li> </ul>   | Buzan T: Das kleine Mind-Map-Buch: Die Denkhilfe, die Ihr Leben verändert. Goldmann Verlag, München 2014<br><br>Hertlein M: Mind Mapping – Die kreative Arbeitstechnik: Spielerisch lernen und organisieren. Rowohlt E-Book 2014 | 180        |
| Verschiedene didaktische Herangehensweisen, Aktions- und Sozialformen und Methoden für Seminaren, Beratung etc. kennen und einsetzen; Schulungssequenzen planen | <b>Planung und Durchführung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Didaktische Herangehensweisen</li> <li>• Aktions- und Sozialformen</li> <li>• Planung</li> </ul>  | Meier R: Das Einzige was stört, sind die Teilnehmer. GABAL Verlag, Offenbach, 2. Auflage 2007<br><br>Meyer H: Unterrichtsentwicklung. Cornelsen Scriptor, Berlin 2015  | 225        |
| Verschiedene Medien einsetzen   | <b>Didaktisch wirkungsvoller Medieneinsatz</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Medienarten</li> <li>• Einsatz in Schulungen</li> </ul>  |  | 90         |

| Thema  |  | 7.1 Grundlagen zur Vorbereitung und Durchführung von Lehrveranstaltungen  |            |
|--|--|---|------------|
| Methode zur Vorbereitung und Strukturierung von Schulungen                   | <b>Mindmapping</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einsatzbereiche</li> <li>• Anwendung und Regeln</li> </ul>   | Seidenmann B: Erfolgreiche Kurse und Seminare: Professionelles Lernen mit Erwachsenen. Beltz Verlag, Weinheim, 8. Auflage 2011<br><br>Weidenmann B: 100 Tipps und Tricks für Pinnwand und Flipchart. Beltz, Weinheim, 4. Auflage 2008 | <b>45</b>  |
| Verschiedene Methoden zum Feedback und zur Auflockerung kennen und einsetzen | <b>Methoden zum Feedback und zur Auflockerung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Methoden zur Vertiefung, Überprüfung des Verstandenen, Überprüfung der Erwartungen, Evaluation</li> <li>• Methoden zur Auflockerung, Entspannung</li> </ul> |   |            |
|  | <b>Gesamt</b>  |   | <b>720</b> |

|   |  |   |                   |
|---|--|---|-------------------|
| <b>Thema</b>  | <b>7.2 Praktische Angebote in der Beratung: Einkaufstraining und Praxiseinheiten in der Lehrküche</b>  |   |                   |
| <b>Dauer</b>  | 270 min (6 Unterrichtseinheiten à 45 min)  |   |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>  | <p><b>Einkaufstraining:</b> Die Teilnehmer kennen die Einsatzmöglichkeiten eines Einkaufstrainings. Sie wissen welche positiven Effekte ein solches Training für den Patienten und für sie selbst hat. Die Teilnehmer sammeln Erkenntnisse für die eigene Durchführung können ein Einkaufstraining konzipieren.</p> <p><b>Praxiseinheiten in der Lehrküche:</b> Die Teilnehmer lernen Einsatzmöglichkeiten von Kochkursen und -events kennen und erhalten Planungshilfen für die Durchführung. Sie wissen, welche Gefahrenquellen in der Küche existieren. Die geltenden Hygienevorschriften sind ihnen bekannt und sie wissen wann sie die 14 Allergene gemäß der Lebensmittelinformations-VO für die zubereiteten Speisen ausweisen müssen. In einem praktischen Training haben sie das Gelernte angewendet.</p> |   |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)  | Nicht prüfungsrelevant   |   |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)  | Nicht prüfungsrelevant   |   |                   |
| <b>Ziele</b>  | <b>Inhalt</b>  | <b>Literatur</b>  | <b>Zeit (min)</b> |
| <b>Einkaufstraining:</b> Positive Effekte und Einsatzmöglichkeiten erarbeiten               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einkaufstraining als Beratungseinheit</li> <li>• Nutzenanalyse</li> <li>• Zielgruppe</li> </ul>   | DGE-Praxiswissen: Hygiene. DGE, Bonn 2014   | <b>45</b>         |
| Vorbereitung und Durchführung von Einkaufstrainings, Nutzen für weitere Beratungen erkennen | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Planung</li> <li>• Analyse der Ergebnisse</li> <li>• Einbindung in den gesamten Beratungsprozess</li> </ul>   | DGE-Praxiswissen HACCP. DGE, Bonn 2014  | <b>45</b>         |
| <b>Lehrküche:</b> Einsatzmöglichkeiten von Kochevents und -kursen erarbeiten                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Angebote</li> <li>• Zielgruppe</li> </ul>   | aid-infodienst: Kennzeichnungsvorschriften für Gemeinschaftsverpflegung und Gastronomie, Bestell-Nr.: 1578, Bonn 2015 | <b>45</b>         |
| Planung von Kochkursen in der Lehrküche kennenlernen  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rahmenbedingungen</li> <li>• Einsatz von Checklisten</li> <li>• Zeitplan</li> <li>• Durchführung</li> </ul>   | aid-infodienst: Küchenhygiene für Profis, Bestell-Nr.: 3132, Bonn, 8. Auflage 2008                                    | <b>45</b>         |
| Grundkenntnisse über Gefahrenquellen, Hygienerichtlinien und Allergenkennzeichnung gewinnen | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Häufigste Gefahrenquellen</li> <li>• Gute Hygienepraxis/HACCP</li> <li>• Belehrungen und Schulungen</li> <li>• Kennzeichnungspflicht für lose Ware/Allergenmanagement</li> </ul>  | aid-infodienst: SchmExperten, Bestell.Nr. 3979, Bonn 2011   | <b>45</b>         |
| Kochevent „gesunde Snacks im Büro“ praktisch durchführen                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anleitung von kleineren Kochgruppen</li> <li>• Zubereitung von Snacks</li> <li>• Feedback und Auswertung</li> </ul>   |   | <b>45</b>         |
|   | <b>Gesamt</b>  |   | <b>270</b>        |

|  |  |  |                   |
|--|--|--|-------------------|
| <b>Thema</b>   | <b>7.3 Praktische Angebote in der Beratung: Motivation zu Bewegung und Entspannung</b>   |  |                   |
| <b>Dauer</b>   | 90 min (2 Unterrichtseinheiten à 45 min)   |  |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>   | Die Teilnehmer kennen die Zusammenhänge von Bewegung und Entspannung auf Ernährungsverhalten und Wohlbefinden. Sie kennen Möglichkeiten zur Motivation zu mehr Entspannung und Bewegung. Die Teilnehmer erfahren sich selbst bei angeleiteten Übungen. Die Teilnehmer reflektieren ihren eigenen (Arbeits-)Alltag hinsichtlich Möglichkeiten, bewegte oder entspannende Elemente einzubauen. Sie kennen Entspannungs- und Bewegungsübungen für die Einzel- und Gruppenberatung und Ansätze, wie Rahmenbedingungen so gestaltet werden können, dass sie zu Bewegung und Entspannung motivieren. |  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)   | Nicht prüfungsrelevant   |  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)   | Nicht prüfungsrelevant   |  |                   |
| <b>Ziele</b>   | <b>Inhalt</b>  | <b>Literatur</b>   | <b>Zeit (min)</b> |
| Zusammenhänge von Bewegung und Entspannung auf das Ernährungsverhalten kennen<br>Möglichkeiten kennen, zu Bewegung und Entspannung zu motivieren | <b>Grundlagen von Bewegung und Entspannung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Definition von Stress und Bedeutung der Entspannung für die Verhaltensänderung</li> <li>Bedeutung von körperlicher Aktivität für Stressempfinden und allgemeine Gesundheit</li> </ul> <b>Möglichkeiten der Motivation für Bewegung und Entspannung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Austausch zu Motivationsstrategien für mehr Bewegung und Entspannung im Alltag</li> <li>Beispiele für Entspannungsmethoden und Bewegungsspiele vorstellen und sammeln</li> </ul>                           | Glossner A: Workshop Spiele: 33 Aktivierungsübungen für mehr Energie im Seminar. © Arbeitsgemeinschaft Bildung und Beruf e.V., Pößneck, 2014<br><a href="http://www.abb-seminare.de/blog/workshop-spiele/">www.abb-seminare.de/blog/workshop-spiele/</a><br><br>Klein ZM: Das tanzende Kamel – Kreative und bewegte Spiele für Trainings und Seminare. managerSeminare Verlags GmbH, Bonn, 2008<br><br>Krawiec Consulting: ABC-Übung. Seminarmethode zur Aktivierung (Energizer) – Stark aktivierend mit jeder Gruppengröße. <a href="https://train-the-trainer-seminar.de/trainingsmethoden/14_ABC-Uebung">https://train-the-trainer-seminar.de/trainingsmethoden/14_ABC-Uebung</a> | <b>30</b>         |
| Sich selbst erfahren bei angeleiteten Übungen  | <b>Praxisteil</b><br>Einfache Übungen im Sitzen und Stehen, die sich für kleine Bewegungs- und/oder Entspannungseinheiten zwischendurch eignen.  |  | <b>30</b>         |
| Bewegungs- und Entspannungsübungen für die Einzel- und Gruppenberatung kennen und dazu zielgruppengerecht dazu anleiten können                   | <b>Erfahrungsaustausch zum Praxisaustausch</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bewegungs- und Entspannungs-Methoden für die Einzel- und Gruppenberatung</li> <li>Austausch über Rahmenbedingungen, welche zu Bewegung und Entspannung motivieren</li> </ul>   | Wallenwein GF, Spiele: Der Punkt auf dem i. Beltz, Weinheim und Basel, 6. Auflage, 2011<br><br>Heidenberder B: 45 Entspannungsübungen & Entspannungstechniken, Wien. <a href="http://www.zeitblueten.com/news/entspannungsuebungen/">http://www.zeitblueten.com/news/entspannungsuebungen/</a>   | <b>30</b>         |
|  | <b>Gesamt</b>  |  | <b>90</b>         |

## Modul 8: Gesprächsführung – Theorie und Methoden

| Thema  | 8.1 Klientenzentrierte Gesprächsführung nach Rogers und ausgewählte Kommunikationsmodelle   |  |            |
|--|---|--|------------|
| <b>Dauer</b>   | 630 min (14 Unterrichtseinheiten à 45 min)  |  |            |
| <b>Zielsetzungen</b>   | Die Teilnehmer analysieren den Gesprächsverlauf mit dem Klienten nach dem Kommunikationsmodell von Schulz von Thun und wenden die Beratervariablen der Klientenzentrierten Gesprächsführung nach Rogers an.   |  |            |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)   | Theoretische Grundlagen:  | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung  |            |
|  | Praxis:   | Im Rahmen eines Beratungstrainings (s. Modul 9)  |            |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)   | Theoretische Grundlagen:  | Klausur B  |            |
|  | Praxis:   | Im Rahmen eines Beratungstrainings (s. Modul 9)  |            |
| Ziele  | Inhalt  | Literatur  | Zeit (min) |
| Kommunikationsmodell nach Schulz von Thun verstehen und in der Gesprächsführung anwenden; Methoden des aktiven Zuhörens einsetzen                    | <b>Kommunikationsmodell nach Schulz von Thun in Theorie und Praxis</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlagen der Kommunikation</li> <li>• Praktische Übungen zum Kommunikationsmodell</li> </ul>  | Weinberger S: Klientenzentrierte Gesprächsführung. Lern- und Praxisanleitung für psychosoziale Berufe. Beltz, Weinheim, 14. Auflage 2013 | <b>225</b> |
| Verhalten und Kommunikation des Klienten analysieren, Beratervariablen der Klientenzentrierten Gesprächsführung nach Rogers in der Beratung anwenden | <b>Merkmale Klientenzentrierter Gesprächsführung nach Rogers in Theorie und Praxis</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Klientenzentrierte Gesprächsführung: Aufmerksam werden, Reagieren und Spiegeln; Akzeptanz, Empathie, Kongruenz</li> <li>• Praktische Übungen</li> </ul> | Schulz von Thun F: Miteinander reden von A bis Z: Lexikon der Kommunikationspsychologie. rororo Verlag, Reinbek 2012                     | <b>315</b> |
| Definition, Aufgaben und Abgrenzung der Ernährungsberatung kennen; persönliche Gesprächsführung in der Ernährungsberatung analysieren und bewerten   | <b>Ernährungsberatung – was ist das?</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definition, Aufgaben, Abgrenzung zu „Ernährungsaufklärung“ und „Ernährungsinformation“</li> <li>• Standortbestimmung: Reflexion des eigenen Beratungsverhaltens</li> </ul>                            | Schulz von Thun F: Miteinander Reden (1). Störungen und Klärungen. rororo Verlag, Reinbek, 48. Auflage 2010                              | <b>90</b>  |
|  | <b>Gesamt</b>   |  | <b>630</b> |

|  |   |  |                   |
|--|---|--|-------------------|
| <b>Thema</b>   | <b>8.2 Einzelberatung – Struktur und Methoden</b>   |  |                   |
| <b>Dauer</b>   | 270 min (6 Unterrichtseinheiten à 45 min)   |  |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>   | Die Teilnehmer kennen die Struktur einer Ernährungsberatung und stimmen die Beratungsstruktur auf die jeweilige Beratungssituation ab.  |  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)   | Theoretische Grundlagen:  | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung  |                   |
|  | Praxis:   | Im Rahmen eines Beratungstrainings (s. Modul 9.1)  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)   | Theoretische Grundlagen:  | Klausur B  |                   |
|  | Praxis:   | Im Rahmen eines Beratungstrainings (s. Modul 9.1)  |                   |
| <b>Ziele</b>   | <b>Inhalt</b>   | <b>Literatur</b>   | <b>Zeit (min)</b> |
| Kriterien des Gesprächsanfangs und Struktur der Beratung kennen und für die jeweilige Beratungssituation situativ anwenden | <b>Beratungsstruktur/Gesprächsanfang</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufbau/Struktur einer Beratung</li> <li>• Kriterien für den Gesprächsanfang</li> <li>• Fragetechniken/-formen im Beratungsgespräch</li> </ul> | Weinberger S: Klientenzentrierte Gesprächsführung. Lern- und Praxisanleitung für psychosoziale Berufe. Beltz, Weinheim 14. Auflage 2013<br><br>Schulz von Thun F: Miteinander reden von A bis Z: Lexikon der Kommunikationspsychologie. rororo Verlag, Reinbek 2012<br><br>Schulz von Thun F: Miteinander Reden (1). Störungen und Klärungen. rororo Verlag, Reinbek, 48. Auflage 2010 | <b>270</b>        |
|  | <b>Gesamt</b>   |  | <b>270</b>        |

|   |  |   |                   |
|---|--|---|-------------------|
| <b>Thema</b>  | <b>8.3 Kommunikation in Gruppen und gruppendynamische Aspekte</b>  |   |                   |
| <b>Dauer</b>  | 720 min (16 Unterrichtseinheiten à 45 min)   |   |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>  | Die Teilnehmer kennen Charakteristika von Gruppen und die Bedeutsamkeit der Anfangssituation für den erfolgreichen Verlauf einer Gruppenberatung. Sie berücksichtigen während der Erstellung und Durchführung des Kurskonzepts den Beratungsbogen, wenden verschiedene, kreative Methoden an und gestalten das Konzept entsprechend den Bedürfnissen der Teilnehmer. |   |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)  | Theoretische Grundlagen:   | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung   |                   |
|   | Praxis:  | Im Rahmen eines Beratungstrainings (s. Modul 9.2)   |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)  | Theoretische Grundlagen:   | Klausur C   |                   |
|   | Praxis:  | Im Rahmen eines Beratungstrainings (s. Modul 9.2)   |                   |
| <b>Ziele</b>  | <b>Inhalt</b>  | <b>Literatur</b>  | <b>Zeit (min)</b> |
| Charakteristika und Unterscheidungsmerkmale von Gruppen kennen; Gruppenphänomene kennen und Gruppen entsprechend gestalten  | <b>Stichwort Gruppe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definition von Gruppe</li> <li>• Gruppenphänomene</li> </ul>  | Löhmer C et al.: TZI – Die Kunst, sich selbst und eine Gruppe zu leiten. Klett-Cotta, Stuttgart, 4. Auflage 2015  | <b>90</b>         |
| Voraussetzungen für Veränderungsprozesse und Motivationsarbeit kennen, und bei der Konzeption und Durchführung eines Kurses anwenden  | <b>Veränderung von Lebensstilkonzepten als Ziel der Ernährungsberatung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beratungsarbeit als Beziehungsarbeit</li> <li>• Veränderung als Prozess</li> <li>• Voraussetzungen für die Motivationsarbeit in der Gruppenberatung</li> <li>• Beratungsarbeit als Motivationsarbeit</li> </ul>                                  | Pühl H: Angst in Gruppen und Institutionen. Leutner Verlag, Berlin, 5. Auflage 2014<br><br>Crisand N, Raab G, (Hrsg.): Witt J, Witt T: Der kontinuierliche Verbesserungsprozess (KVP): Konzept – System – Maßnahmen (Arbeitshefte Führungspsychologie). Windmühle, Hamburg, 5. Auflage 2015 | <b>225</b>        |
| Bedeutsamkeit der Anfangssituation für den erfolgreichen Verlauf einer Gruppenberatung kennen und in die Planung einbeziehen; Teilnehmern Sicherheit und Orientierung geben und fördern | <b>Die Anfangssituation</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einstieg in eine Gruppenberatung: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Was brauchen die Teilnehmer zu Beginn?</li> <li>– Was kann der Kursleiter tun?</li> </ul> </li> <li>• Methodische Gestaltung der Anfangssituation</li> </ul>   | Schmidt T: KommunikationsTraining erfolgreich leiten. managerSeminare Verlags GmbH, Bonn, 9. Auflage 2014   | <b>135</b>        |
| Kurskonzept entsprechend den Bedürfnissen der Teilnehmer gestalten  | <b>Kurskonzept</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bestandteile jeder Kursstunde</li> <li>• Einstieg in die Kursstunde</li> <li>• Das „Motivationsloch“/Umgang mit Krisen</li> <li>• Umgang zwischen Kursleiter und Teilnehmer</li> <li>• Reflexion</li> </ul>  | König O, Schattenhofer K: Einführung in die Gruppendynamik. Carl Auer Verlag, Heidelberg, 7. Auflage 2014<br><br>Wellhöfer PR: Gruppendynamik und soziales Lernen. UTB, Stuttgart, 4. Auflage 2012  | <b>270</b>        |

| Thema  | 8.3 Kommunikation in Gruppen und gruppendynamische Aspekte  |   |            |
|--|---|---|------------|
| Verschiedene Medien und kreative Methoden anwenden | <b>Methoden für Gruppenveranstaltungen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeine Medien</li> <li>• Kreative Methoden</li> </ul> | Stahl E: Dynamik in Gruppen: Handbuch der Gruppenleitung. Beltz, Weinheim, 3. Auflage 2012<br><br>Weidenmann B: Erfolgreiche Kurse und Seminare. Beltz, Weinheim, 8. Auflage 2011<br><br>Langmaack B: Wie die Gruppe laufen lernt: Anregungen zum Planen und Leiten von Gruppen. Beltz, Weinheim, 8. Auflage 2010<br><br>Schulz von Thun F: Praxisberatung in Gruppen. Erlebnisaktiveierende Methoden mit 20 Fallbeispielen. Beltz, Weinheim, 6. Auflage 2006<br><br>Crisand E: Psychologie der Gesprächsführung. Arbeitshefte Führungspsychologie. Sauer Verlag, Heidelberg, 8. Auflage 2006 |            |
|  | <b>Gesamt</b>   |   | <b>720</b> |

## Modul 9: Praxis der Gesprächsführung

|   |  |  |                    |
|---|--|--|--------------------|
| <b>Thema</b>  | <b>9.1 Beratungstraining für die Einzelberatung</b>  |  |                    |
| <b>Dauer</b>  | 70 min pro Teilnehmer (5-7 Teilnehmer pro Gruppe in wechselnder Rolle als Berater, Klient und Beobachter); zuzüglich Einführung/Feedback in der Gruppe (Gesamt ca. 630 min)  |  |                    |
| <b>Zielsetzungen</b>  | Die Teilnehmer setzen ihr methodisches und fachliches Wissen in der Gesprächsführung nach Rogers in der Einzelberatung ein. Dabei berücksichtigen sie die individuelle Lebenssituation des Klienten. Das eigene Beraterverhalten wird ebenso wie das der anderen Teilnehmer in der Beraterrolle reflektiert. Die Teilnehmer erweitern ihre Fach-, Methoden- und Sozialkompetenz und entwickeln ihr berufliches Selbstverständnis weiter. |  |                    |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)  | Feedback durch den Dozenten und die anderen Teilnehmer   |  |                    |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)  | Feedback durch den Dozenten und die anderen Teilnehmer   |  |                    |
| <b>Ziele</b>  | <b>Inhalte</b>   | <b>Literatur</b>   | <b>Zeit (min)</b>  |
| Ziele, Methoden, Medien und Rahmenbedingungen der Einzelberatung kennen; Beratungsgespräch fachlich und methodisch planen   | <b>Planung und Vorbereitung der Beratungssequenz</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auswahl und Eingrenzung des Themas für das Rollenspiel und Festlegung der Klientenrolle</li> <li>• Struktur der Beratung</li> <li>• Rahmenbedingungen</li> <li>• Auswahl von Methoden</li> <li>• Auswahl von Medien</li> <li>• Potentielle Ziele der Beratung</li> </ul>   | Kommunikation und Gesprächsführung: s. Modul 8<br><br>Weidenmann, B: Gesprächs- und Vortragstechnik. Für Alle Trainer, Lehrer, Kursleiter und Dozenten. Beltz, Weinheim, 4. Auflage 2006 | <b>individuell</b> |
| Erleben der Beraterrolle bzw. der Klientenrolle; sich als Berater in den Klienten einfühlen können  | <b>Durchführung der Beratungssequenz (Rollenspiel)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einführung in die Beratungssituation</li> <li>• Beratungssequenz fachlich und methodisch kompetent durchführen</li> <li>• Einsatz verschiedener Gesprächstechniken entsprechend des Gesprächsverlaufs und der individuellen Situation des Klienten</li> </ul>  |  | <b>10</b>          |
| Konstruktives Feedback annehmen bzw. geben und an Beispielen lernen; das eigene Beraterverhalten reflektieren; individuelle Stärken ausbauen; Konsequenzen für das Beraterverhalten ziehen; das berufliche Selbstverständnis weiterentwickeln | <b>Reflexion der Beratungssequenz und des Beraterverhaltens hinsichtlich der Fach-, Methoden- und Sozialkompetenz</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kritische Selbstreflexion</li> <li>• Konstruktives Feedback nach Beobachtung</li> <li>• Reflexion ausgewählter Situationen der Videoaufnahme</li> <li>• Kollegiale Supervision</li> </ul>   |  | <b>60</b>          |
|   | <b>Gesamt pro Teilnehmer</b>   |  | <b>70</b>          |

|  |   |  |                    |
|--|---|--|--------------------|
| <b>Thema</b>   | <b>9.2 Beratungstraining für die Gruppenberatung</b>  |  |                    |
| <b>Dauer</b>   | 75 min pro Teilnehmer (7-9 Teilnehmer pro Gruppe in wechselnder Rolle als Trainer, Klienten und Beobachter); zuzüglich Einführung/Feedback in der Gruppe (Gesamt ca. 675 min)   |  |                    |
| <b>Zielsetzungen</b>   | Die Teilnehmer setzen ihr methodisches und fachliches Wissen in der Gruppenberatung unter Beachtung gruppenspezifischer Situationen und Prozesse. Das eigene Trainerverhalten wird ebenso wie das der anderen Teilnehmer in der Trainerrolle reflektiert. Die Teilnehmer sind in der Lage, auch mit schwierigen Situationen in der Gruppe umzugehen. Sie erweitern ihre Fach-, Methoden- und Sozialkompetenz und entwickeln ihr berufliches Selbstverständnis weiter. |  |                    |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)   | Feedback durch den Dozenten und die anderen Teilnehmer  |  |                    |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)   | Feedback durch den Dozenten und die anderen Teilnehmer  |  |                    |
| <b>Ziele</b>   | <b>Inhalte</b>  | <b>Literatur</b>   | <b>Zeit (min)</b>  |
| Ziele, Methoden, Medien und Rahmenbedingungen der Gruppenberatung kennen; Schulungseinheit fachlich und methodisch planen  | <b>Planung und Vorbereitung der Schulungssequenz</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auswahl und Eingrenzung des Themas für das Rollenspiel und Festlegung der Klientenrolle</li> <li>• Struktur der Beratung</li> <li>• Rahmenbedingungen</li> <li>• Auswahl von Methoden</li> <li>• Auswahl von Medien</li> <li>• Potentielle Ziele der Beratung</li> </ul>  | Kommunikation und Gesprächsführung: s. Modul 8<br><br>Weidenmann, B: Gesprächs- und Vortragstechnik. Für Alle Trainer, Lehrer, Kursleiter und Dozenten. Beltz, Weinheim, 4. Auflage 2006 | <b>individuell</b> |
| Erleben der Trainerrolle bzw. der Klientenrolle; Selbstbewusstsein für die Leitung von Gruppen stärken   | <b>Durchführung der Schulungssequenz (Rollenspiel)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einführung in die Beratungssequenz</li> <li>• Schulungssequenz fachlich und methodisch kompetent durchführen</li> <li>• Bedürfnisse der Gruppe erkennen und darauf eingehen, um die Eigenverantwortung der Teilnehmer zu stärken</li> <li>• Flexibler Umgang mit schwierigen Situationen in der Gruppe</li> </ul>   |  | <b>15</b>          |
| konstruktives Feedback annehmen bzw. geben und an Beispielen lernen; das Selbstbild als Trainer reflektieren; individuelle Stärken ausbauen; Konsequenzen für das Trainerverhalten ziehen; das berufliche Selbstverständnis weiterentwickeln | <b>Reflexion der Schulungssequenz und des Trainerverhaltens hinsichtlich der Fach-, Methoden- und Sozialkompetenz</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kritische Selbstreflexion</li> <li>• Konstruktives Feedback nach Beobachtung</li> <li>• Reflexion ausgewählter Situationen der Videoaufnahme</li> <li>• Kollegiale Supervision</li> </ul>  |  | <b>60</b>          |
|  | <b>Gesamt pro Teilnehmer (im Durchschnitt)</b>  |  | <b>75</b>          |

|  |   |  |                   |
|--|---|--|-------------------|
| <b>Thema</b>   | <b>9.3 Kollegiale Beratung</b>  |  |                   |
| <b>Dauer</b>   | 135 min (3 Unterrichtseinheiten à 45 min)   |  |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>   | Die Teilnehmer kennen die theoretischen Aspekte der Methode der kollegialen Beratung (Peergroup Intervention). Die Teilnehmer kennen die praktische Umsetzung der kollegialen Beratung und haben so eine Basis für die weitere eigene Umsetzung.  |  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)               | Nicht prüfungsrelevant  |  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)                               | Nicht prüfungsrelevant  |  |                   |
| <b>Ziele</b>   | <b>Inhalte</b>  | <b>Literatur</b>   | <b>Zeit (min)</b> |
| Kenntnis der methodischen Vorgehensweise und Anwendungsbereiche  | <b>Theoretische Aspekte der kollegialen Beratung (Intervision)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ziel: Entwicklung einer Lösung für eine konkrete berufliche Schlüsselfrage</li> <li>• Möglichkeiten und Grenzen</li> <li>• Die Rolle der Akteure (Moderator, Fallgeber, Berater)</li> <li>• Ablaufschema der kollegialen Beratung</li> </ul>  | Bechtel P, Friedrich D, Kerres A (Hrsg.): Mitarbeitermotivation ist lernbar: Mitarbeiter in Gesundheitseinrichtungen motivieren, führen, coachen. Springer, Berlin 2010<br><br>Lippmann ED: Intervision: Kollegiales Coaching professionell gestalten. Springer, Berlin, 3. Auflage 2013   | 45                |
| Erleben der Rolle des Moderators, des Fallgebers und der Berater | <b>Durchführung der kollegialen Beratung auf der Basis von Fallbeispielen aus dem eigenen Erleben</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einführung in die Situation des Fallgebers</li> <li>• Intervision fachlich und methodisch kompetent durchführen</li> <li>• Einüben methodischer Vorgaben</li> <li>• Einsatz verschiedener Gesprächstechniken entsprechend des Gesprächsverlaufs und der individuellen Situation des Fallgebers</li> <li>• Kollegiales Sharing</li> </ul> | Tietze KO: Kollegiale Beratung: Problemlösungen gemeinsam entwickeln. rororo Verlag, Reinbek, 6. Auflage 2013<br><br>Schmid B, Veith T, Weidner I: Einführung in die kollegiale Beratung. Carl-Auer Verlag, Heidelberg, 2. Auflage 2013<br><br>Schmitz L: Lösungsorientierte Gesprächsführung: Übungen und Bausteine für Hochschule, Ausbildung & kollegiale Lerngruppen. Verlag modernes lernen Borgmann, Dortmund, 2. Auflage 2011 | 90                |
|  | <b>Gesamt</b>   |  | <b>135</b>        |

## Modul 10: Marketing und Projektplanung

|   |  |  |                   |
|---|--|--|-------------------|
| <b>Thema</b>  | <b>10.1 Grundlagen zu Public Relations und Pressearbeit</b>  |  |                   |
| <b>Dauer</b>  | 630 min (14 Unterrichtseinheiten à 45 min)   |  |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>  | Die Teilnehmer kennen ausgewählte Instrumente der Öffentlichkeitsarbeit und erstellen Konzepte zur internen/externen Kommunikation unter Einbeziehung von Zielgruppen, PR-Instrumenten und Erfolgskontrollen. Sie wenden beim Verfassen von Presstexten die allgemein gültigen Kriterien an.   |  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)  | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung<br>Klausur C   |  |                   |
| <b>Ziele</b>  | <b>Inhalt</b>  | <b>Literatur</b>   | <b>Zeit (min)</b> |
| Definition, Ziele, Bezugsgruppen, Instrumente und Kriterien der Öffentlichkeitsarbeit kennen und in den Bereich Marketing einordnen bzw. von Werbung abgrenzen; Konzepte zur Öffentlichkeitsarbeit entwickeln | <b>Grundlagen der Public Relations (PR)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Was ist Öffentlichkeitsarbeit/PR?</li> <li>• Bezugsgruppen</li> <li>• Interne – externe Kommunikation</li> <li>• Instrumente der PR</li> <li>• Kriterien einer erfolgreichen PR</li> <li>• Imagebildung als Grundlage der PR</li> <li>• Konzepte zur Öffentlichkeitsarbeit</li> </ul> | Deg R: Basiswissen Public Relations: Professionelle Presse- und Öffentlichkeitsarbeit. VS Verlag für Sozialwissenschaften, Wiesbaden 2009<br><br>Herbst, D.: Public Relations. Konzeption und Organisation. Instrumente. Kommunikation mit wichtigen Bezugsgruppen. Cornelsen, Berlin, 3. Auflage 2007 | <b>315</b>        |
| Arbeitsweise, Aufbau und Ansprechpartner von Medien und Redaktionen kennen; formalen Aufbau und Kriterien für einen guten Presstext kennen und anwenden   | <b>Grundlagen der Pressearbeit</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Medien als Kooperationspartner</li> <li>• Anforderungen an Presstexte</li> <li>• Analyse von Textbeispielen</li> <li>• Schreibwerkstatt: Presstexte richtig schreiben</li> </ul>   | Online Marketing-Lexikon<br><a href="http://www.wiwi-treff.de/home/mlexikon.php?mpage=start">http://www.wiwi-treff.de/home/mlexikon.php?mpage=start</a><br><br>Sofortwissen kompakt. PR und Öffentlichkeitsarbeit: Medienkompetenz in 50 x 2 Minuten. Heragon, Freiburg 2009                           | <b>315</b>        |
|   | <b>Gesamt</b>  |  | <b>630</b>        |

|  |   |  |                   |
|--|---|--|-------------------|
| <b>Thema</b>   | <b>10.2 Selbstpräsentation</b>  |  |                   |
| <b>Dauer</b>   | 180 min (4 Unterrichtseinheiten à 45 min)   |  |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>   | Die Teilnehmer kennen die Kriterien für eine gelungene Selbstpräsentation. Sie wissen, wie ein Vortrag aufgebaut werden kann und kennen die Bedeutung der Visualisierung.   |  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)                   | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung<br>Klausur C  |  |                   |
| <b>Ziele</b>   | <b>Inhalt</b>   | <b>Literatur</b>   | <b>Zeit (min)</b> |
| Kriterien für einen guten Auftritt kennen und anwenden   | <b>Aspekte der Selbstpräsentation</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Was zählt zu einem „guten“ Auftritt?</li> <li>• Äußeres Erscheinungsbild, Kleidung</li> <li>• Körpersprache, Gestik, Mimik, Stimme, Rhetorik</li> <li>• Umgangsformen und Regeln im Berufsleben</li> </ul> | Gestaltung einer Power-Point-Präsentation. <a href="http://www.kreisgymnasium-neuenburg.de/unterricht/itg/tipps-fuer-gute-praesentationen-mit-powerpoint/">http://www.kreisgymnasium-neuenburg.de/unterricht/itg/tipps-fuer-gute-praesentationen-mit-powerpoint/</a>   | <b>180</b>        |
| Einen öffentlichen Auftritt planen und durchführen; Verschiedene Visualisierungsmedien kennen und anwenden | <b>Planung und Durchführung eines öffentlichen Auftritts</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Was ist bei der Planung zu berücksichtigen?</li> <li>• Umgang mit Nervosität</li> <li>• Aufbau eines Vortrags</li> <li>• Was ist Visualisierung?</li> </ul>                         | Reisig W: Wie hält man einen guten Vortrag? <a href="https://www.uni-frankfurt.de/58327282/Guter_Vortrag.pdf">https://www.uni-frankfurt.de/58327282/Guter_Vortrag.pdf</a><br>Scheerer H: Reden müsste man können. Gabal Verlag, Offenbach, 11. Auflage 2010<br>Sabatti C: Sofortwissen kompakt. Erfolgreich präsentieren: Businesswissen in 50 x 2 Minuten. Heragon, Freiburg 2009<br>Weidemann B: Gesprächs- und Vortragstechnik. Beltz, Weinheim, 4. Auflage 2006<br>Wendel S: Erfolgreiches Selbstmarketing in der Ernährungsberatung. Ernährung im Fokus 8 (2008) 8-12 |                   |
|  | <b>Gesamt</b>   |  | <b>180</b>        |

|  |  |   |                   |
|--|--|---|-------------------|
| <b>Thema</b>   | <b>10.3 Moderationstechniken</b>   |   |                   |
| <b>Dauer</b>   | 90 min (2 Unterrichtseinheiten à 45 min)   |   |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>   | Die Teilnehmer kennen Grundlagen und Ablauf der Moderation sowie verschiedene Abfragetechniken und wenden diese an.  |   |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)                 | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung  |   |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)                                 | Klausur C  |   |                   |
| <b>Ziele</b>   | <b>Inhalt</b>  | <b>Literatur</b>  | <b>Zeit (min)</b> |
| Grundlagen der Moderation kennen und anwenden                      | <b>Moderation – was ist das?</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Begriffsbestimmung</li> <li>• Die Rolle des Moderators</li> </ul>  | Landesinstitut für Schule und Weiterbildung (Hrsg.): Methodensammlung, Anregungen und Beispiele für die Moderation. Lehrerfortbildung NRW, Verlag für Schule und Weiterbildung, o. J.<br><br>Schnelle-Cöllin T, Schnelle E: Visualisieren in der Moderation: Eine praktische Anleitung für Gruppenarbeit und Präsentation. Windmühle Verlag, Hamburg 1997<br><br>Seifert JW: Moderation und Kommunikation. Gruppendynamik und Konfliktmanagement in moderierten Gruppen. GABAL Verlag, Offenbach 7. Auflage 1999<br><br>Seifert JW: Visualisieren, Präsentieren, Moderieren. GABAL Verlag, Offenbach 23. Auflage 2009 | 90                |
| Verschiedene Abfragetechniken kennen und anwenden                  | <b>Abfragetechniken</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arten von Abfragetechniken</li> <li>• Wann setze ich welche Abfragetechnik ein?</li> </ul>  |   |                   |
| Passende Visualisierungstechniken während der Moderation einsetzen | <b>Visualisierung während der Moderation</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Medienarten</li> <li>• Vorteile der Visualisierung</li> </ul>  |   |                   |
| Ablauf der Moderation kennen und anwenden                          | <b>Ablauf der Moderation</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einstieg</li> <li>• Themen sammeln</li> <li>• Thema auswählen</li> <li>• Thema bearbeiten</li> <li>• Maßnahmen planen</li> <li>• Abschluss</li> <li>• Umsetzung</li> </ul> |   |                   |
| Unterschied von Leiten und Moderieren verstehen                    | <b>Unterschied Leiten – Moderieren</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundzüge des Leitens</li> <li>• Grundzüge des Moderierens</li> </ul>  |   |                   |
| Moderatorenkoffer einsetzen  | <b>Moderatorenkoffer</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inhalt und Einsatz</li> </ul>  |   |                   |
|  | <b>Gesamt</b>  |   |                   |

|  |   |   |                   |
|--|---|---|-------------------|
| <b>Thema</b>   | <b>10.4 Projektplanung in der Ernährungsberatung / Gesundheitsförderung</b>   |   |                   |
| <b>Dauer</b>   | 180 min (4 Unterrichtseinheiten à 45 min)   |   |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>   | Die Teilnehmer kennen die Formalien und Inhalte zur Erstellung ihrer Projektarbeit und sind in der Lage, ein eigenes Projekt von der Idee bis zur Durchführung zu gestalten.  |   |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv) | Erforderliche Kenntnisse für die schriftliche Projektarbeit<br>Erforderliche Kenntnisse für die schriftliche Projektarbeit  |   |                   |
| <b>Ziele</b>   | <b>Inhalt</b>   | <b>Literatur</b>  | <b>Zeit (min)</b> |
| Formalien zur Erstellung der Projektarbeit   | <b>Grundlagen zur Erstellung der Projektarbeit</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Formalien zur Projektarbeit</li> </ul>  | Lessel W: Projektmanagement. Cornelsen Verlag, Berlin 23. Auflage 2012<br>DGE-interne Anleitung zur Erstellung einer Projektarbeit. Bonn 2017 | <b>45</b>         |
| Die Teilschritte des Projektmanagements und der Projektarbeit kennen und anwenden        | <b>Planungsschritte Projektarbeit</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Projektidee, Einführung</li> <li>Problemanalyse</li> <li>Zielanalyse</li> <li>Beteiligtenanalyse</li> <li>Projektplanung der strategischen Phase: Projektstruktur- und Ablaufplan<br/>Operative Phase</li> <li>Durchführungsphase</li> <li>Evaluation, Projektabschluss</li> </ul> |   | <b>135</b>        |
|  | <b>Gesamt</b>   |   | <b>180</b>        |

## Modul 11: Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung und Evaluation

|  |   |  |                   |
|--|---|--|-------------------|
| <b>Thema</b>   | <b>11.1 German-Nutrition Care Process (G-NCP)</b>   |  |                   |
| <b>Dauer</b>   | 90 min (2 Unterrichtseinheiten à 45 min)  |  |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>   | Die Teilnehmer lernen den German-Nutrition Care Process (G-NCP) kennen. Sie wissen, dass er eine Struktur bereitstellt, um professionelles Handeln in der Ernährungsprävention und in der Ernährungstherapie adressatengerecht, transparent und für Dritte nachvollziehbar zu ermöglichen. Für die Anwendung in der täglichen Praxis sind weitere Fortbildungen empfehlenswert.                     |  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)               | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung   |  |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)                               | Klausur C   |  |                   |
| <b>Ziele</b>   | <b>Inhalt</b>   | <b>Literatur</b>   | <b>Zeit (min)</b> |
| Den Aufbau des G-NCP-Modells und die fünf Prozessschritte kennen | <b>Das Modell des G-NCP</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Historische Entwicklung</li> <li>• Aufbau des Modells</li> <li>• Die fünf Prozessschritte <ul style="list-style-type: none"> <li>– Ernährungsassessment</li> <li>– Ernährungsdiagnose</li> <li>– Planung der Intervention</li> <li>– Durchführung der Intervention</li> <li>– Monitoring und Evaluation</li> </ul> </li> </ul> | Aufzeichnung einer Vorlesung von Sabine Ohlrich-Hahn zum G-NCP am 21.03.2017 im Studiengang B. Sc. Diätetik an der Hochschule Neubrandenburg<br><br>Ohlrich-Hahn S, Buchholz D: Der German-Nutrition Care Process (G-NCP) mit besonderem Fokus auf die Ernährungsberatung. Ernährungs Umschau Sonderheft Ernährungsmedizin 2017, 4-10<br><br>Verband der Diätassistenten – Deutscher Bundesverband (VDD) (Hrsg.). Manual für den German-Nutrition Care Process (G-NCP). Pabst Science Publishers, Lengerich 2015 | <b>35</b>         |
| Das PESR-Statement innerhalb des G-NCP kennen                    | <b>PESR-Statement</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• P = Problem</li> <li>• E = Ursache/Ätiologie</li> <li>• S = Symptome/Zeichen</li> <li>• R = Ressourcen</li> </ul>  |  | <b>10</b>         |
| Erste Ideen zur Anwendung des G-NCP entwickeln                   | <b>Anwendung des G-NCP in der Praxis</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bearbeitung von Fallbeispielen</li> <li>• Klärung von offenen Fragen</li> </ul>   |  | <b>45</b>         |
|  | <b>Gesamt</b>   |  | <b>90</b>         |

|   |   |   |                   |
|---|---|---|-------------------|
| <b>Thema</b>  | <b>11.2 Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung</b>  |   |                   |
| <b>Dauer</b>  | 360 min (8 Unterrichtseinheiten à 45 min)   |   |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>  | Die Teilnehmer kennen Dimensionen, Anforderungen, Ziele, Maßnahmen und Vorteile der Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung sowie Auswirkung der Qualität auf die Kosten. Sie erarbeiten Standards für die Ernährungsberatung bezüglich der Struktur-, Prozess- und Ergebnisqualität sowie Dokumentation und wenden diese in der Praxis an.  |   |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)  | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung<br>Klausur C  |   |                   |
| <b>Ziele</b>  | <b>Inhalt</b>   | <b>Literatur</b>  | <b>Zeit (min)</b> |
| Definition und Stellenwert von Qualität kennen und auf die Ernährungsberatung übertragen;<br>Wissen, welche Institutionen im Bereich Ernährungsberatung Qualitätssicherung betreiben und mit welchen Maßnahmen  | <b>Bedeutung der Qualitätssicherung?</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definition</li> <li>• Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung: Maßnahmen und Institutionen</li> <li>• Recherche relevanter Informationen</li> </ul>  | Ernst A: Leitfaden zur Einführung von Qualitätsmanagementsystemen in Arztpraxen. 2008, S. 1-11<br>Graf B: Grundzüge und Überlegungen zum Qualitätsmanagement und zur Qualitätssicherung der Dienstleistung Ernährungsberatung. Gießen 2003<br><a href="http://geb.uni-giessen.de/geb/volltexte/2003/1213/pdf/GrafBettina-2003-07-29.pdf">http://geb.uni-giessen.de/geb/volltexte/2003/1213/pdf/GrafBettina-2003-07-29.pdf</a> | <b>180</b>        |
| Standards bezüglich der Struktur-, Prozess- und Ergebnisqualität und Dokumentation für die Ernährungsberatung erarbeiten und anwenden; Dimensionen, Anforderungen, Ziele, Maßnahmen und Vorteile der Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung sowie Auswirkung der Qualität auf die Kosten kennen | <b>Qualitätssicherung: Wovon hängt Qualität ab?</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dimensionen der Qualität: Strukturqualität, Prozessqualität, Ergebnisqualität</li> <li>• Ziele der Qualitätssicherung</li> <li>• Anforderungen an die Qualitätssicherung</li> <li>• Qualität und Kosteneffizienz</li> <li>• Qualitätsfördernde Maßnahmen in der Ernährungsberatung</li> <li>• Dokumentation</li> </ul> | Rahmenvereinbarung zur Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung und Ernährungsbildung in Deutschland. Stand 16.06. 2014.<br><a href="http://www.wegweiser-ernaehrungsberatung.de">http://www.wegweiser-ernaehrungsberatung.de</a><br>Schwartz FW et al. (Hrsg.): Das Public Health Buch. Gesundheit und Gesundheitswesen. Urban und Fischer, München, 2. Auflage 2003, S. 714-731   | <b>270</b>        |
|   | <b>Gesamt</b>   |   | <b>360</b>        |

|  |  |   |                   |
|--|--|---|-------------------|
| <b>Thema</b>   | <b>11.3 Anforderungen an Maßnahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF)</b>  |   |                   |
| <b>Dauer</b>   | 90 min (2 Unterrichtseinheiten à 45 min)   |   |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>   | Die Teilnehmer gewinnen einen Einblick in erfolgreiche Projekte der betrieblichen Gesundheitsförderung. Sie können eigenständig Projektideen entwickeln und können den Anspruch einer Projektplanung und -durchführung einschätzen.  |   |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)               | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung<br>Klausur C   |   |                   |
| <b>Ziele</b>   | <b>Inhalt</b>  | <b>Literatur</b>  | <b>Zeit (min)</b> |
| Bedeutung und Ziele der BGF aus Sicht des Arbeitgebers und des Arbeitnehmers einschätzen können        | <b>Ziele der BGF</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Projekte in der Primär-, Sekundär- und Tertiärprävention zu den Themen Ernährung, Bewegung, Stressbewältigung, Suchtprävention, Organisationsgestaltung und Arbeitsgestaltung, Unternehmenskultur</li> <li>• Sicherung der Leistungsfähigkeit der Arbeitnehmer</li> <li>• Kostensenkung aus Arbeitgebersicht</li> <li>• Verbesserung des Gesundheitszustandes</li> <li>• Erhöhung der Arbeitszufriedenheit</li> </ul>  | Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL): Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz zahlt sich aus, Berlin 2014<br><br>Bundesministerium für Gesundheit: Unternehmen unternehmen Gesundheit. Betriebliche Gesundheitsförderung in kleinen und mittleren Unternehmen Berlin 2011:<br><a href="https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Praevention/Broschueren/Broschuere_Unternehmen_unternehmen_Gesundheit_-_Betriebliche_Gesundheitsfoerderung_in_kleinen_und_mittleren_Unternehmen.pdf">https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Praevention/Broschueren/Broschuere_Unternehmen_unternehmen_Gesundheit_-_Betriebliche_Gesundheitsfoerderung_in_kleinen_und_mittleren_Unternehmen.pdf</a><br><br>Job und Fit, DGE-Qualitätsstandard für die Betriebsverpflegung, Kapitel 5. 4. Auflage 2015.<br><a href="http://www.jobundfit.de/service/medien">http://www.jobundfit.de/service/medien</a> | <b>90</b>         |
| Phasen der Konzeptentwicklung von BGF-Maßnahmen kennen   | <b>Konzeptentwicklung</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vorbereitungsphase mit z. B. Sensibilisierung für den Gesundheitsförderungsprozess, Zielfestlegung, Aufbau eines Arbeitskreises</li> <li>2. Organisation und Aufbau einer partizipativen Vertretung aller Unternehmensbereiche</li> <li>3. Analyse und Bewertung der Ausgangssituation</li> <li>4. Ergebnisauswertung, Planung und Umsetzung von Maßnahmen</li> <li>5. Regelmäßige Evaluation der BGF</li> </ol> |   |                   |
| Zugangswege, Beteiligte und Leistungsmöglichkeiten kennenlernen, eigene Projektideen entwickeln können | <b>Projekte der BGF planen und durchführen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Marktanalyse</li> <li>• Finanzierungsmöglichkeiten</li> <li>• Individuelle Angebotsentwicklung</li> <li>• Einbindung der relevanten Akteure</li> <li>• Projektplanung</li> </ul>   |   |                   |
|  | <b>Gesamt</b>  |   | <b>90</b>         |

|   |  |   |                   |
|---|--|---|-------------------|
| <b>Thema</b>  | <b>11.4 Stand der Rahmenvereinbarung zur Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung und Ernährungsbildung</b>  |   |                   |
| <b>Dauer</b>  | 60 min (1 Unterrichtseinheit à 45 min, zusätzlich 15 min)  |   |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>  | Die in der Rahmenvereinbarung definierten sieben Bereiche der Qualitätssicherung kennen. Notwendigkeit und Relevanz der Kriterien für eine Tätigkeit in der Ernährungsberatung und Ernährungstherapie einschätzen können.  |   |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)  | Nicht prüfungsrelevant   |   |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)  | Nicht prüfungsrelevant   |   |                   |
| <b>Ziele</b>  | <b>Inhalt</b>  | <b>Literatur</b>  | <b>Zeit (min)</b> |
| Die Beteiligten des Koordinierungskreises zur Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung und Ernährungsbildung kennen | <b>Beteiligte</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Berufsverbände: Berufsverband Hauswirtschaft, BDEM, DAEM, VDD, VKD, VDOE</li> <li>• Wissenschaftliche Fachgesellschaft: DGE</li> <li>• Verbraucherschutzverbände <ul style="list-style-type: none"> <li>– VerbraucherService Bundesverband im Katholischen Deutschen Frauenbund (KDFB)</li> <li>– Verbraucherzentrale Bundesverband (vzbv)</li> </ul> </li> <li>• Deutscher Volkshochschul-Verband (DVV)</li> </ul>               | Koordinierungskreis zur Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung und Ernährungsbildung: Rahmenvereinbarung zur Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung und Ernährungsbildung in Deutschland. Stand 16.06.14. <a href="http://www.wegweiser-ernaehrungsberatung.de">www.wegweiser-ernaehrungsberatung.de</a><br><br>Checkliste für eine unabhängige Ernährungsberatung: Für die Beurteilung der eigenen Tätigkeit: <a href="http://www.wegweiser-ernaehrungsberatung.de">www.wegweiser-ernaehrungsberatung.de</a> | <b>10</b>         |
| Bereiche der Qualitätssicherung der Rahmenvereinbarung kennen, Checklisten für Berater und Verbraucher kennen           | <b>Die sieben Bereiche der Qualitätssicherung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualifikation</li> <li>• Geregelt, kontinuierliche und dokumentierte Fortbildung</li> <li>• Fachwissenschaftliche/Fachliche Standards</li> <li>• Beratungsmethodische und/oder pädagogische Standards</li> <li>• Prozessorientierte Standards</li> <li>• Dokumentation und Evaluation</li> <li>• Ausschluss von Produktwerbung und/oder Kopplung an einen Produktverkauf (Checklisten)</li> </ul> | Checkliste für Verbraucher: So erkennen Sie eine anerkannte und unabhängige Ernährungsberatung <a href="http://www.wegweiser-ernaehrungsberatung.de">www.wegweiser-ernaehrungsberatung.de</a><br><br>Brehme U, Müller A, Woyke M: Qualitätssicherung in der primärpräventiven Ernährungsberatung. Qualifikation und Zertifizierung. Umschau Sonderheft Ernährungsberatung 2017, 4-7   | <b>20</b>         |
| Notwendigkeit der Rahmenvereinbarung einschätzen und Konsequenzen für das eigene Handeln ziehen                         | <b>Bedeutung der Rahmenvereinbarung für die eigene Tätigkeit und den Verbraucherschutz</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Relevanz für Qualifikation, Fortbildung, Tätigkeitsfeld und Mobilität in Europa</li> <li>• Verbraucher- und Patientenschutz: Forderungen der Verbände</li> </ul>   |   | <b>30</b>         |
|   | <b>Gesamt</b>  |   | <b>60</b>         |

|   |  |   |                   |
|---|--|---|-------------------|
| <b>Thema</b>  | <b>11.5 Evaluation in der Ernährungsberatung</b>   |   |                   |
| <b>Dauer</b>  | 360 min (8 Unterrichtseinheiten à 45 min)  |   |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>  | Die Teilnehmer kennen die Grundlagen der Evaluation und wenden sie in der Praxis an. Sie erstellen Fragebögen und können eine Datenanalyse planen, durchführen und einen Evaluationsbericht verfassen. Sie kennen verschiedene Untersuchungspläne und Gütekriterien und setzen diese ein.                |   |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)  | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung<br>Klausur C   |   |                   |
| <b>Ziele</b>  | <b>Inhalt</b>  | <b>Literatur</b>  | <b>Zeit (min)</b> |
| Begriffsbestimmung, Evaluationsziele, Gegenstände und Arten sowie Nutzen der Evaluation kennen  | <b>Einführung in die Evaluation</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definition</li> <li>• Unterschiedliche Evaluationsarten</li> <li>• Standards für Evaluation</li> </ul>  | Deutsche Gesellschaft für Evaluation: <a href="http://www.degeval.de/nc/home/">www.degeval.de/nc/home/</a><br>IN FORM Leitfaden „Qualitätssicherung“. <a href="https://www.in-form.de/profiportal/projekte/projekt-service/in-form-leitfaden-qualitaetssicherung.html">https://www.in-form.de/profiportal/projekte/projekt-service/in-form-leitfaden-qualitaetssicherung.html</a><br><br>Stockmann R; Meyer W: Evaluation. Eine Einführung. UTB, Stuttgart, 2. Auflage 2014<br><br>Bortz J, Döring N: Forschungsmethoden und Evaluation für Human- und Sozialwissenschaftler. Springer 2006<br><br>Kuckartz U, Busch J: Mixed Methods in der Evaluation. In: Kuckartz U, Rädiker S (Hrsg.): Erziehungswissenschaftliche Evaluationspraxis. Juventa, 2012. S. 161-174.<br><br>Kuckartz U et al.: Evaluation online. Internetgestützte Evaluation in der Praxis. VS Verlag für Sozialwissenschaften. Wiesbaden 2009 | <b>360</b>        |
| Ziele und Gegenstände einer Evaluation benennen können sowie Evaluationsfragestellung entwickeln                                      | <b>Planung einer Evaluation</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Entwicklung von Zielen, Gegenständen und einer Evaluationsfragestellung</li> </ul>  |   |                   |
| Verschiedene Erhebungsmethoden und Messinstrumente kennen und Fragebögen einsetzen; Bewertungskriterien erstellen und anwenden können | <b>Datenerhebung: Erhebungsmethoden, Messinstrumente</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Planung der Datensammlung</li> <li>• Methoden und Techniken der Datenerhebung</li> <li>• Beispiele für Fragebögen und Beobachtungen</li> <li>• Bewertungskriterien für Erhebungsinstrumente</li> </ul> |   |                   |
| Verschiedene Verfahren der empirischen Sozialforschung kennen und in Grundlagen anwenden können                                       | <b>Datenauswertung: Relevante Aspekte der empirischen Sozialforschung für die Evaluation</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualitative-, Quantitative- und Mixed-Methods-Verfahren</li> <li>• Gütekriterien</li> </ul>  |   |                   |
| Begründete Bewertungen der Evaluationsergebnisse ableiten und Evaluationsbericht verfassen  | <b>Ergebnisbewertung und Berichterstellung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schlussfolgerungen aus den Ergebnissen ableiten</li> <li>• Evaluationsbericht erstellen</li> </ul>   |   |                   |
|   | <b>Gesamt</b>  |   |                   |

## Modul 12: Rechtliche Situation der Ernährungsberatung in Deutschland

| Thema  | 12.1 § 20 und § 43 SGB V – Bedeutung für die Ernährungsberatung  |   |            |
|--|--|---|------------|
| <b>Dauer</b><br><b>Zielsetzungen</b>   | 225 min (5 Unterrichtseinheiten à 45 min)<br>Die Teilnehmer kennen die Unterschiede zwischen Primär-, Sekundär- und Tertiärprävention, die rechtliche Situation der Ernährungsberatung sowie die für die Ernährungsberatung relevanten Inhalte des „Leitfaden Prävention“. Sie kennen die Voraussetzungen für die Anerkennung von Maßnahmen durch die gesetzlichen Krankenkassen.  |   |            |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)   | Im Rahmen der mündlichen Abschlussprüfung<br>Klausur C   |   |            |
| Ziele  | Inhalt   | Literatur   | Zeit (min) |
| Unterschiede/Abgrenzung Primär-, Sekundär- und Tertiärprävention kennen  | <b>Prävention</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Primär-, Sekundär- und Tertiärprävention</li> </ul>   | GKV-Spitzenverband (Hrsg.): Leitfaden Prävention. Handlungsfelder und Kriterien des GKV-Spitzenverbandes zur Umsetzung der §§ 20, 20a und 20b SGB V vom 21. Juni 2000 in der Fassung vom 9. Januar 2017   | <b>225</b> |
| Rechtliche Situation der Ernährungsberatung in Deutschland kennen;<br>Inhalte der §§ 20, 20a und 43 SGB V sowie des „Leitfaden Prävention“ kennen;<br>Voraussetzungen für die Anerkennung von Leistungen kennen;<br>Anträge an Krankenkassen erstellen | <b>Ernährungsberatung im Kontext rechtlicher Regelungen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situation in Deutschland</li> <li>• §§ 20, 20a und 20b SGB V</li> <li>• Leitfaden Prävention <ul style="list-style-type: none"> <li>– Anbieterqualifikation für das Handlungsfeld Ernährung</li> <li>– Präventionsprinzipien im Handlungsfeld Ernährung</li> <li>– Betriebsverpflegung: Präventionsprinzip</li> </ul> </li> <li>• § 43 SGB V</li> <li>• Was ist für die Anerkennung von Maßnahmen durch die Krankenkasse erforderlich?</li> </ul> | Zentrale Prüfstelle Prävention: <a href="https://www.zentrale-pruefstelle-praevention.de/admin/">https://www.zentrale-pruefstelle-praevention.de/admin/</a><br><br>Schwartz FW et al. (Hrsg.): Das Public Health Buch. Gesundheit und Gesundheitswesen. Urban und Fischer, München, 2. Auflage 2003, S. 181-209 |            |
|  | <b>Gesamt</b>  |   | <b>225</b> |

|   |  |   |                   |
|---|--|---|-------------------|
| <b>Thema</b>  | <b>12.2 German Diagnosis Related Groups (G-DRG) – das Vergütungssystem im Krankenhaus</b>  |   |                   |
| <b>Dauer</b>  | 75 min (1 Unterrichtseinheit à 45 min plus 30 min)   |   |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>  | Die Teilnehmer kennen den Aufbau des Systems diagnosebezogener Fallgruppen (German-Diagnosis Related Groups, G-DRG) im Krankenhaus und die Auswirkungen des G-DRG-Systems auf Krankenhaus, Krankenkasse, Patient und die Ernährungsberatung. |   |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)  | Nicht prüfungsrelevant   |   |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante intensiv)  | Nicht prüfungsrelevant   |   |                   |
| <b>Ziele</b>  | <b>Inhalt</b>  | <b>Literatur</b>  | <b>Zeit (min)</b> |
| Aufbau des G-DRG-Systems kennen   | <b>Aufbau des G-DRG-Systems</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Das alte Abrechnungssystem</li> <li>• Das neue Abrechnungssystem</li> <li>• Kalkulation des G-DRG</li> </ul>  | Institut für das Entgeltsystem im Krankenhaus, Siegburg<br><a href="http://www.g-drg.de">http://www.g-drg.de</a><br><br>Ockenga J: Ernährung und DRG. Tagung der Deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin, Irrsee 2004<br><a href="http://www.dgem.de/termine/irsee2004/ockenga.pdf">http://www.dgem.de/termine/irsee2004/ockenga.pdf</a> | <b>75</b>         |
| Auswirkungen des G-DRG-Systems auf Krankenhaus, Krankenkasse, Patient und Ernährungsberatung kennen | <b>Auswirkungen des G-DRG-Systems</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auswirkungen auf Krankenhaus, Krankenkasse, Patient</li> <li>• Kritik am G-DRG</li> <li>• Ernährungsberatung im G-DRG-System</li> </ul>                       |   |                   |
|   | <b>Gesamt</b>  |   | <b>75</b>         |

|  |   |  |                    |
|--|---|--|--------------------|
| <b>Thema</b>   | <b>12.3 Institutionen, Verbände und Akteure in der Ernährungsberatung, -bildung und Außerhausverpflegung</b>  |  |                    |
| <b>Dauer</b><br><b>Zielsetzungen</b>   | Eigenständiges Lernen<br>Relevante Institutionen, Verbände und Akteure im Bereich Ernährung kennen. Strategien für die Recherche im Internet kennen und einsetzen können. Grundlagen der Datensicherheit beherrschen.   |  |                    |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)   | Nicht prüfungsrelevant, hilfreich für die schriftliche Projektarbeit<br>Nicht prüfungsrelevant, hilfreich für die schriftliche Projektarbeit  |  |                    |
| <b>Ziele</b>   | <b>Inhalt</b>   | <b>Literatur</b>   | <b>Zeit (min)</b>  |
| Relevante Institutionen, Verbände und Akteure im Bereich Ernährung und Verpflegung kennen  | <b>Beispiele</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wissenschaftliche Gesellschaften und Institutionen</li> <li>• Bundesforschungsanstalten und -institute</li> <li>• Ministerien und angegliederte Institutionen</li> <li>• Internationale Institutionen (Englisch)</li> <li>• Berufsverbände</li> <li>• Verbraucherschutzverbände, Patientenschutzverbände</li> <li>• Nährstoffdatenbanken</li> <li>• Verlage und Medien</li> <li>• Newsletter, Nachrichtendienste</li> <li>• Datenbanken, Bibliotheken, Suchmaschinen</li> <li>• Gemeinschaftsverpflegung, Gastronomie</li> <li>• Beispiele für Informationen zu ernährungsmitbedingten Krankheiten</li> </ul> | DGE-internes Handout mit einer Liste von Institutionen. 2017<br>DGE-internes Arbeitsblatt mit Aufgaben inkl. Lösungen zur Datenrecherche. 2017 | <b>individuell</b> |
| Vorgehensweisen kennen, um relevante Institutionen, Verbände und Akteure im Internet zu finden; Recherchen im Internet effektiv ausführen können; Relevanz von Informationen im Internet einschätzen können; Grundlagen zur Datensicherheit kennen | <b>Recherchen im Internet durchführen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Recherchestrategien</li> <li>• Beurteilung der Relevanz von Informationen</li> <li>• Grundlagen der Datensicherheit</li> </ul>   |  |                    |

|   |  |   |                   |
|---|--|---|-------------------|
| <b>Thema</b>  | <b>12.4 Die Ernährungsberatung im Gesundheitssystem – Grundlagen und Perspektiven</b>  |   |                   |
| <b>Dauer</b>  | 90 min (2 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten)   |   |                   |
| <b>Zielsetzungen</b>  | Die Teilnehmer kennen die politischen und die gesetzlichen Rahmenbedingungen unter denen Ernährungsberatung in Deutschland angeboten wird. Auf dieser Grundlage entwickeln sie Perspektiven und Möglichkeiten für den Einsatz in für sie relevanten Tätigkeitsfeldern.         |   |                   |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)  | Nicht prüfungsrelevant<br>Nicht prüfungsrelevant   |   |                   |
| <b>Ziele</b>  | <b>Inhalt</b>  | <b>Literatur</b>  | <b>Zeit (min)</b> |
| Die Teilnehmer erhalten einen ersten Einblick in die Strukturen des Gesundheitssystems  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Das deutsche Gesundheitssystem – Grundlagen</li> <li>• Die gesetzliche Krankenversicherung (GKV) und ihre Rahmenbedingungen</li> <li>• Struktur, Finanzierung, Leistungen (z. B. DMP-Programme)</li> <li>• Prinzip der GKV</li> </ul> | Simon M: Das Gesundheitssystem Deutschland. Huber, Bern, 6. Auflage 2017<br>Der gemeinsame Bundesausschuss. www.g-ba.de<br><br><b>Aktuelle Daten und Beispiele:</b><br><a href="https://www.vdek.com/">https://www.vdek.com/</a><br><a href="https://www.gkv-spitzenverband.de/">https://www.gkv-spitzenverband.de/</a><br><a href="https://www.in-form.de">https://www.in-form.de</a><br><a href="http://www.mobilis-programm.de/">http://www.mobilis-programm.de/</a> | <b>90</b>         |
| Entscheidungswege im GKV-System kennenlernen  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Der gemeinsame Bundesausschuss</li> <li>• Das Sozialgesetzbuch V und die relevanten Paragraphen</li> </ul>  |   |                   |
| Die Teilnehmer lernen die Zuständigkeiten und Verantwortlichkeiten in der Gesundheitsgesetzgebung kennen<br>Die Teilnehmer werden sensibilisiert für die Komplexität des Gesundheitssystems | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Institutionen im Gesetzgebungsprozess</li> <li>• Selbstverwaltung, Institutionen im Gesundheitswesen</li> <li>• „Sprache“ im Gesundheitssystem, Fachbegriffe etc.</li> </ul>  |   |                   |
| Die Teilnehmer erfahren Möglichkeiten für ihre berufliche Tätigkeit   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Möglichkeiten der Ernährungsberatung im GKV-System</li> <li>• Vorstellen von Themenbereichen</li> </ul>   |   |                   |
| Die Teilnehmer lernen Projekte im Bereich Ernährung kennen  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Projekte im Bereich Ernährung</li> </ul>  |   |                   |
|   | <b>Gesamt</b>  |   |                   |

| Thema   | 12.5 Erfahrungsbericht einer selbstständigen Ernährungsberaterin/DGE   |   |            |
|---|--|---|------------|
| <b>Dauer</b>  | 90 min (2 Unterrichtseinheiten à 45 min), Zusatzangebot für weitere Fragen (1 Unterrichtseinheit à 45 min)   |   |            |
| <b>Zielsetzungen</b>  | Die Teilnehmer werden über die Vorgaben und die praktischen Vorgehensweisen vor Aufnahme einer selbstständigen Tätigkeit im Bereich der Ernährungsberatung und -therapie informiert. Die Teilnehmer bekommen einen praktischen Einblick in das Tätigkeitsfeld eines selbstständigen Ernährungsberaters/DGE bzw. einer selbstständigen Ernährungsberaterin/DGE. |   |            |
| <b>Prüfung</b> (Variante kompakt/berufsbegleitend)<br><b>Prüfung</b> (Variante intensiv)                      | Nicht prüfungsrelevant<br>Nicht prüfungsrelevant   |   |            |
| Ziele   | Inhalt   | Literatur   | Zeit (min) |
| Institutionen und organisatorische Formalien, die im Rahmen der Existenzgründung unterstützend wirken, kennen | <ul style="list-style-type: none"> <li>Einblick in die Tätigkeitsfelder selbständiger Ernährungsberater/Innen</li> </ul>   | Blumenschein B., Klein S.: Erfolgreich selbstständig als Ernährungsfachkraft, 2012 Karl F. Haug Verlag Stuttgart  | <b>90</b>  |
| Persönlichen Ressourcen erkennen und benennen   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Darstellung der Informationsquellen und -möglichkeiten vor Aufnahme der Tätigkeit. Welche organisatorischen Schritte sind notwendig? Startformalitäten und Förderungsmöglichkeiten, Steuerfragen</li> </ul>   | Weißer U: Endlich selbstständig! dtv, München 2010  |            |
| Notwendige und hilfreiche zusätzliche Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten kennenlernen                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>Zeitplanung der Maßnahmen vor Start in die Selbstständigkeit</li> <li>Einstieg in die Themen Finanzierungsplanung, Honorarberechnung, Steuern, Datenschutzrichtlinien, Aufbewahrungspflichten, Versicherungen wie Berufshaftpflicht-, Ausfallversicherungen</li> </ul>  | Leppin K., Mutafoglu, K.: Nebenbei selbstständig. Humboldt, Hannover, 7. Auflage 2011   |            |
| Mögliche Kooperationspartner und Vernetzungsmöglichkeiten herausarbeiten und benennen                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>Anleitung zum Einstieg in die persönliche SWOT-Analyse, Erstellung eines persönlichen Stärkeprofils</li> <li>Definition des persönlichen Leistungsangebots und Zielgruppendefinition</li> <li>Selbstdarstellung, Vorstellung geeigneter Marketinginstrumente</li> </ul>   | VDOE Infomappe: Erfolgreich als Unternehmer – Informationen für Selbstständige und Existenzgründer. Stand Juli 2017. Bonn                                 |            |
| Anwendung von Marketinginstrumenten zur Selbstdarstellung   |  | Der erfolgreiche Weg in die Selbstständigkeit, Broschüre des BMWI, 2016.<br><a href="http://www.existenzgruender.de/">http://www.existenzgruender.de/</a> |            |
| Hürden und Hemmnisse im Rahmen der Existenzgründung benennen, diskutieren, Lösungsmöglichkeiten erarbeiten    | <ul style="list-style-type: none"> <li>Analyse der Kooperations- und Vernetzungsmöglichkeiten vor Ort sowie überregional</li> <li>Marktanalyse, Darstellung und Erfassung der regionalen Wettbewerber</li> </ul>   | Broschüre „Gründerzeiten“ Nr. 2, 3, 7, 17, BMWI.<br><a href="http://www.existenzgruender.de/">http://www.existenzgruender.de/</a>                         |            |
|   | <b>Gesamt</b>  |   | <b>90</b>  |