

# Dipl. Ernährungstrainer/in (Ernährungspädagogik)

*Online-Fernstudium*



INFOMAPPE

Zertifiziert durch



Erwachsenen-Bildung  
mit Qualitätsgarantie.



Lernen **wann** und  
**wo** Sie wollen.



# Inhalt

- 1** Beschreibung des Lehrgangs
- 2** Lerninhalte
- 3** Kostenübersicht
- 4** So funktioniert das Learn@Home Online Klassenzimmer
- 5** Learn@Home Premium - Unser Meisterstück
- 6** Fertig mit dem Fernstudium, was nun?  
Entdecken Sie unseren Learn@Home Business Circle



## Ausbildungsbeschreibung

Ernährung unterliegt – wie alles im Leben – einem stetigen Wandel. Von der überlebenswichtigen Nahrungsaufnahme der Urzeit über die Völlerei im alten Rom bis hin zum Statussymbol in unserer modernen Wohlstandsgesellschaft: Essen hat sich ständig verändert.

Heute steht die Ernährung als ganzheitlicher Schlüssel für Gesundheit, Vitalität und Lebensqualität im Fokus. Das Bewusstsein für eine ausgewogene, wissenschaftlich fundierte Ernährung war noch nie so groß wie heute. Gesunde Ernährung ist in aller Munde – und das im wahrsten Sinne des Wortes. Kaum ein Thema beschäftigt unsere Gesellschaft intensiver. Gleichzeitig eröffnet es spannende berufliche Perspektiven. Im Fernstudium zum/zur Dipl. Ernährungstrainer/in lernen Sie, aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse aus der Ernährungsforschung verständlich aufzubereiten und praktisch umzusetzen.

Sie erhalten eine fundierte Ausbildung, die Theorie und Praxis optimal verknüpft – ideal für alle, die Ernährung ganzheitlich verstehen und weitervermitteln möchten. Seit 2019 ist die Ausbildung um einen pädagogischen Schwerpunkt erweitert. Dadurch werden Sie nicht nur inhaltlich bestens geschult, sondern auch didaktisch vorbereitet, um Ihr Wissen als Ernährungstrainer/in professionell weiterzugeben. Die Kombination aus Ernährungstraining und Ernährungspädagogik bietet Ihnen eine umfassende Qualifikation mit besten Berufschancen.

Im Lehrgang erhalten Sie einen tiefen Einblick in alle relevanten Bereiche der Ernährung. Sie räumen mit Mythen und Halbwissen auf, analysieren aktuelle Ernährungstrends und stellen diese in den Kontext wissenschaftlicher Erkenntnisse. Gemeinsam filtern wir Informationen, prüfen ihre Aussagekraft und entwickeln ein tiefes Verständnis für ernährungsrelevante Zusammenhänge. Im praktischen Teil des Lehrgangs erwerben Sie die nötigen Fertigkeiten, um Ihr Wissen in der Praxis umzusetzen.



## Für wen ist die Ausbildung geeignet?

- ✓ Für Personen, die Wissen über gesundheitsbewusste Ernährung in Form von Workshops und Seminaren weitergeben möchten.
- ✓ Für Personen, die sich beruflich verbessern und durch eine Zusatzausbildung mit hoher Qualifikation neue Chancen sichern möchten.
- ✓ Für Personen, die sich beruflich neu orientieren und haupt- oder nebenberuflich als selbstständige/r Ernährungstrainer/in – unter Berücksichtigung der Berufs- und Tätigkeitsvorbehalte anderer Berufe (z. B. Ernährungsberater/in) – arbeiten möchten.
- ✓ Für Personen, die bedingt durch persönliches Interesse die Grundlagen moderner und gesunder Ernährung erlernen möchten.



## Ausbildungsziele & Tätigkeitsfelder

Als von uns ausgebildete/r Dipl. Ernährungstrainer/in verfügen Sie über die nötige Kompetenz, um über ausgewogene Ernährung methodisch und didaktisch zu informieren.

Alternative Sichtweisen haben bei dieser Ausbildung ebenso Einfluss wie modernste wissenschaftliche Erkenntnisse. Themen wie Prioritäten, Werte und Gewohnheiten finden ebenfalls Berücksichtigung. So können Ihre zukünftigen Kundinnen und Kunden die von Ihnen vermittelten Informationen später besser anwenden.

Ihr Tätigkeitsfeld wird sehr umfangreich sein. Als Dipl. Ernährungstrainer/in werden Sie Ihr Wissen vielseitig anwenden können. Sie haben die Möglichkeit, Kochkurse oder Workshops zu geben – oder Sie halten Seminare und Vorträge für Einzelpersonen oder Gruppen ab. Als Dipl. Ernährungstrainer/in verfügen Sie auch über die Kenntnisse, eigene Gesundheitsprojekte zu entwickeln. Der Lehrgang zum/zur Dipl. Ernährungstrainer/in bzw. Dipl. Ernährungspädagogen/in ersetzt allerdings kein Studium der Ernährungswissenschaften, der Pädagogik oder des Lehramts.

Natürlich wird Ihre Ausbildung auch Ihr persönliches Leben grundlegend verändern. Als Dipl. Ernährungstrainer/in werden Sie ganz automatisch Ihre Ernährung anpassen, bewusster essen und gesünder leben. Ihr Tätigkeitsfeld wird spannend und abwechslungsreich sein.

**Hinweis:** Der Lehrgang berechtigt nicht zur ernährungswissenschaftlichen, individuellen Ernährungsberatung gemäß §119 GewO.



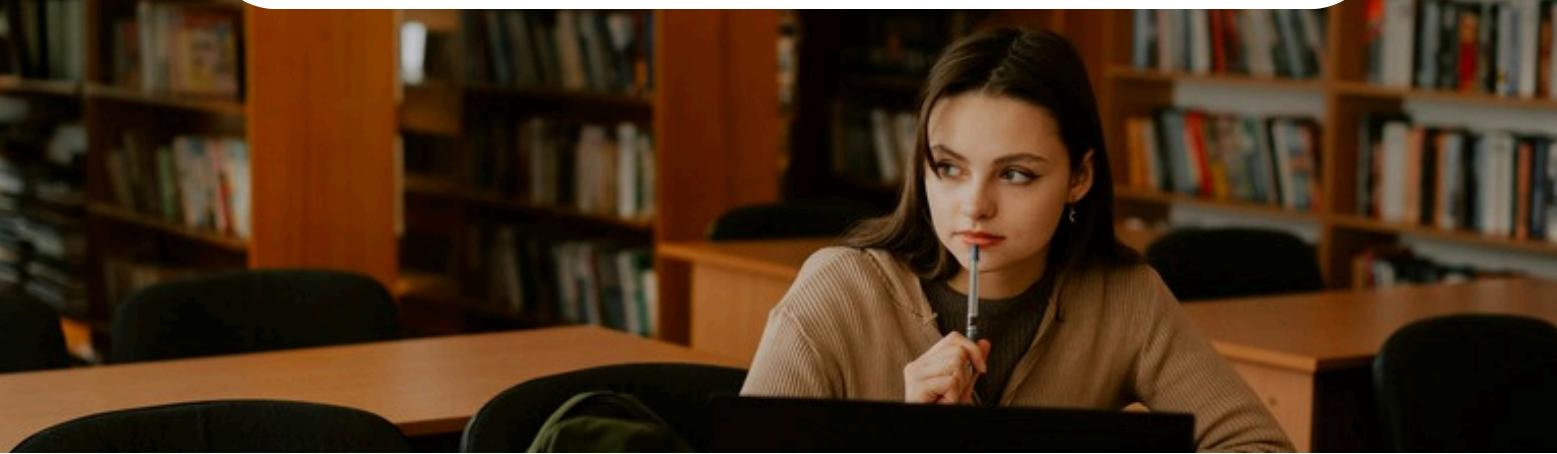
## Teilnahmevoraussetzungen

- ▶ **Voraussetzung:** Abgeschlossene Schul- oder Berufsausbildung
- ▶ **Mindestalter:** 18 Jahre
- ▶ **Dauer:** Einstieg jederzeit möglich



## Abschlussvoraussetzungen

- ▶ Bestehen Sie 3 kurze Online-Wissenschecks
- ▶ Dokumentieren Sie Ihre praktischen Umsetzungen im Alltag
- ▶ Teilen Sie Ihr Wissen in einer kurzen Online-Präsentation
- ▶ Nehmen Sie an 3 Einheiten persönlichen Coachings teil
- ▶ Abschlussprüfung mit Feedback



## Lehrgangsablauf

### Selbststudium

Alle Inhalte stehen Ihnen rund um die Uhr in unserem Online-Klassenzimmer zur Verfügung – inklusive Videovorträgen, Skripten und Lernmaterialien. Ideal, um Ihre Ausbildung perfekt in Beruf und Alltag zu integrieren.

### Praktische Umsetzungen

Setzen Sie Ihr Wissen direkt im Alltag um – zum Beispiel im Familien- oder Freundeskreis. So wird Theorie schnell zur gelebten Praxis.

### Mündliche Abschlussprüfung

Am Ende präsentieren Sie Ihre Ergebnisse bequem online und absolvieren eine mündliche Prüfung – klar strukturiert und gut vorbereitet.



Die für den jeweiligen Lehrgang erforderlichen Skripten und Videos werden im Online Klassenzimmer bereitgestellt. Alle Inhalte sind auch über unsere App jederzeit und ortsunabhängig abrufbar – Ihre Ausbildung passt sich Ihrem Leben an.

### Verpflichtende Coachingeinheiten

Erfahrene Expert/innen begleiten Sie mit individuellen Coachinggesprächen – für echten Austausch, Motivation und Klarheit bei Fragen.

### Berufspraktische Module

Die Module behandeln Zeit- und Organisationsmanagement, Kommunikation, Moderation und Präsentation. Nach den Lehrvideos gibt es einen kurzen Wissenscheck. Anschließend wählen Sie ein Modul aus und stellen es in einer kurzen Präsentation (ca. 10 Minuten) vor.



## → **Die Ausbildung setzt sich wie folgt zusammen**

- ▶ Selbststudium (Durcharbeiten von Videofachvorträge und Skripten, Absolvierung von Online-Wissenschecks, Zusammenfassen und Aufarbeiten, weiterführende Recherche) - 545 EH
- ▶ Verpflichtende Coachingeinheiten - 3 EH
- ▶ Praktische Umsetzungen - 100 EH
- ▶ Modul-Präsentation - 100 EH
- ▶ Mündliche Abschlussprüfung - 50 EH

**Gesamtumfang der Ausbildung: 798 EH**



## Lerninhalte

Im Rahmen dieser Ausbildung werden Lerninhalte behandelt, die schrittweise aufeinander aufgebaut sind und ein umfassendes Verständnis zu ermöglichen. Die folgenden Module geben einen Überblick über die Ausbildungsinhalte.

- Basiswissen Mensch
- Gesunde Ernährung im Überblick
- Nährstoffkunde - Makronährstoffe
- Nährstoffkunde - Mikronährstoffe und Nahrungsergänzungsmittel
- Ökologie und Ernährung
- Lebensmittelkennzeichnung und Lebensmitteltechnologie
- Allergien und Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Alternative Ernährungsformen
- Ernährung diverser Altersgruppen
- Lebensmittelkunde tierisch und pflanzlich
- Ernährung nach TCM
- Ernährung und Bewegung
- Ernährung und Psyche
- Übergewicht: Trenddiäten vs. Ernährungsumstellung
- Ernährung als Prävention
- Modernes Ernährungstraining
- Berufspraktische Module
- Soziale Kompetenz

## Wählen Sie aus zwei Optionen aus...



### Learn@Home Premium\*

Kunde werden

Erhalten Sie vollen Zugriff auf  
ALLE Fernstudien die wir derzeit  
anbieten + ALLE Fernstudien die wir  
laufend neu produzieren.

Mehr Informationen zu unserem  
Learn@Home Premium Modell finden  
Sie auf der Premium Seite.

~~statt 149 € / Monat~~  
**nur 89,40 € / Monat**

*oder*

### Einzelbuchung Dipl. Ernährungs- trainer/in

Erhalten Sie vollen Zugriff auf  
unser Online-Fernstudium  
Dipl. Ernährungstrainer/in\*

~~statt 1.380 €~~  
**um 966 €**

Flexible 12 Monats-Ratenzahlung möglich  
(80,50 € / Monat)

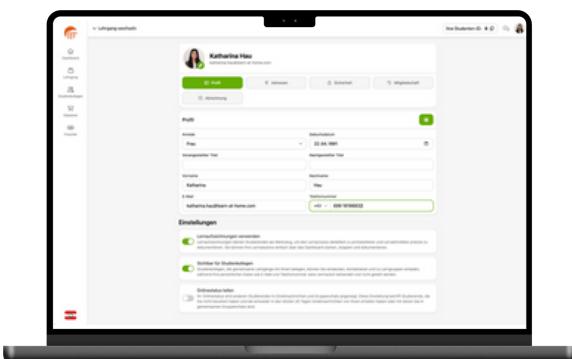
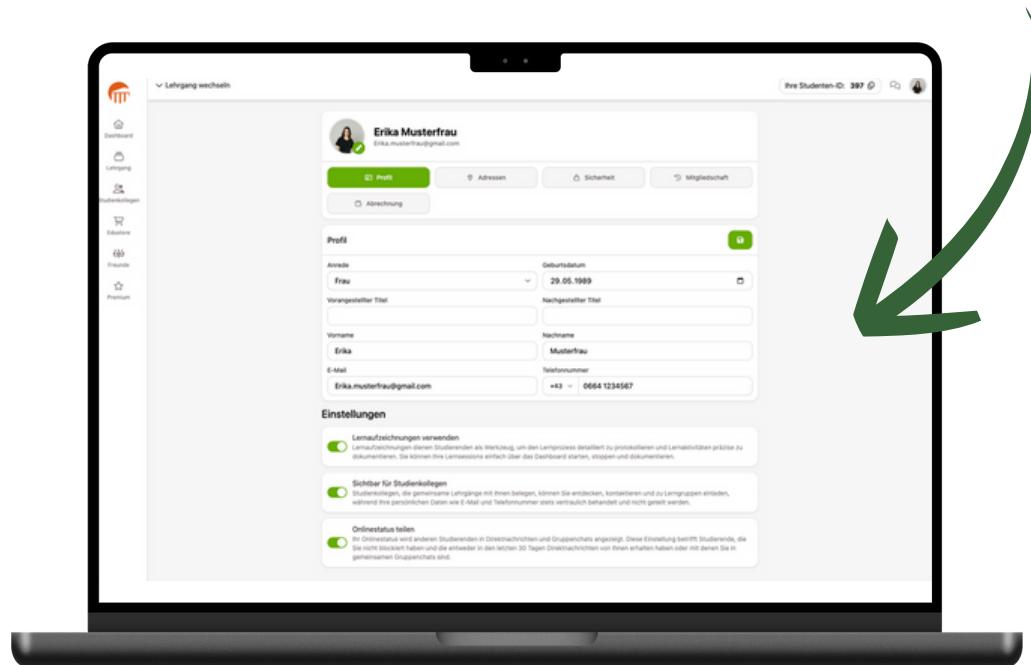
Lernen **wann** und **wo** Sie wollen

\*inkl. Videos und Skripten (in elektronischer Form)  
und Zugang zum Online Klassenzimmer

**Nicht im Preis inkludiert:**

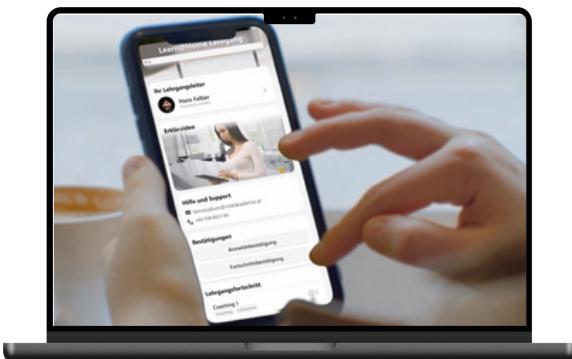
- Prüfungsgebühr € 100,-
- 3 verpflichtende Coachingeinheiten (€ 40,- pro Einheit)

# So funktioniert unser Online Klassenzimmer



## Profil erstellen

Legen Sie nach Ihrem Login ein Profil mit Profilbild und weiteren Informationen an. Das erleichtert Ihnen den Kontakt zu Ihren Mitstudierenden.



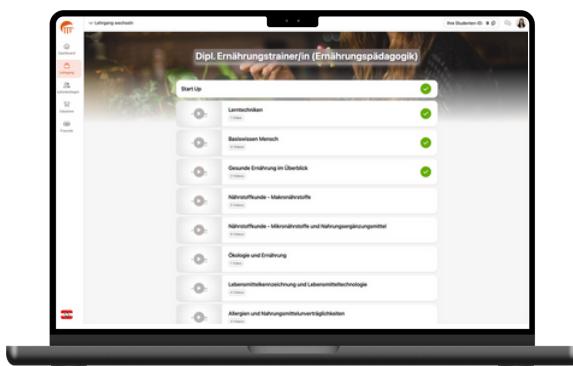
## Ablauf und erste Schritte

Unser Einführungsvideo macht Sie ganz einfach mit Ihrem Fernlehrgang vertraut. Unser Online Klassenzimmer ist einfach bedienbar und für jede Altersgruppe geeignet.



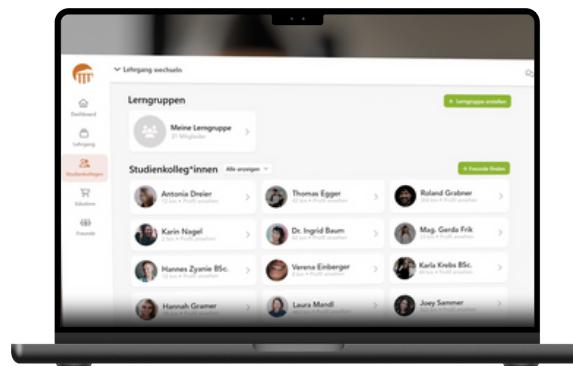
# So funktioniert

## unser Online Klassenzimmer



### Videos und Skripten

Hier befinden sich alle Themen modularartig gegliedert. In jedem Modul befindet sich ein passender Videofachvortrag zum Skriptum. Die Videos und Skripten lassen sich auf allen Endgeräten (Laptop, Handy, Tablet, Computer) abspielen.



### Studienkollegen

Unter dem Punkt Studienkollegen finden Sie Teilnehmer ganz einfach in Ihrer Nähe. Bilden Sie Lerngruppen, starten Sie Onlinefreundschaften und tauschen sich mit Ihren Studienkollegen ganz einfach via Nachrichtenfunktion und Video-Telefonaten aus.



Auf allen  
Endgeräten abspielbar

# Weitere tolle Features

## im Online Klassenzimmer

### ► Ausbildungsfortschritt

Hier sehen Sie wieviel Sie bereits erreicht haben und welcher Ihr nächster Schritt zum Zertifikat/Diplom ist. In diesem Bereich können Sie ebenfalls ihre Teilprüfungen starten.

### ► Lehrgangsleitung

Während Ihrer gesamten Ausbildung können Sie Ihren/Ihre Lehrgangsleiter/in um Rat fragen.

### ► Webinare

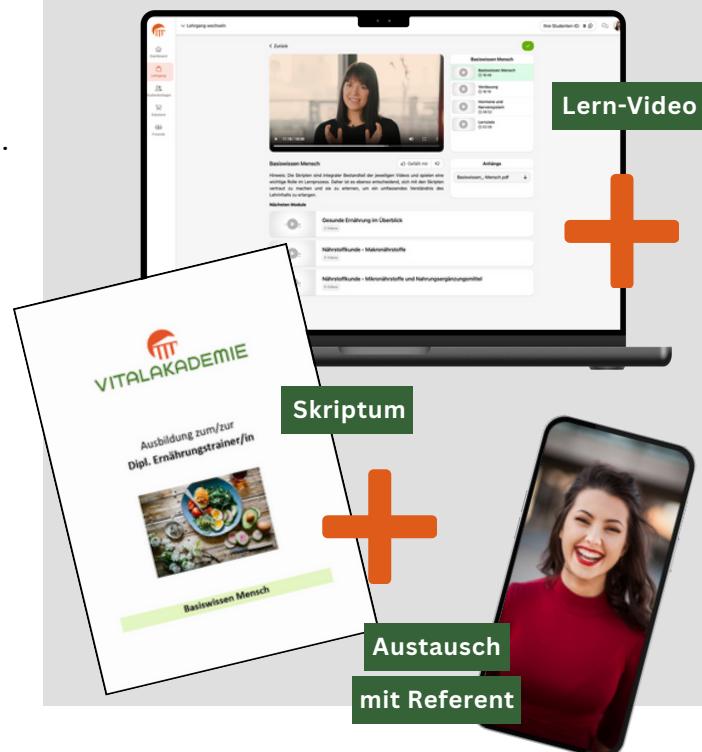
Wir bieten zusätzlich unsere Online Seminare an. Hier geben wir Ihnen als Zusatz die Möglichkeit verschiedenste Themengebiete zu erlernen.

### ► Trainer

Buchen Sie zusätzliche Coachingeinheiten um den Lehrstoff zu vertiefen. Direkt über unser Online Klassenzimmer können Sie den/die Trainer/in Ihrer Wahl per Nachricht kontaktieren und sich einen individuellen Termin direkt in einem unserer Standorte oder aber auch per Video-Konferenz vereinbaren!



**Der gesamte Lehrstoff ist modularig gegliedert**



**Lernen auf allen Endgeräten**

Nutzen Sie unsere Services auf allen Endgeräten wie zB. PC, Laptop, Tablet oder unserer iOS- und Android-App.

# Learn@Home Premium

Genießen Sie viele Vorteile  
als Premium Kunde

## Unser besonderes Highlight

Sie bekommen vollen Zugriff auf alle Fernstudien die wir derzeit anbieten.

Erhalten Sie Zugang zu allen Basis- und Upgradeausbildungen.

Kombinieren Sie verwandte Ausbildungen wie z.B.: Ernährung & Fitness, Energetik & Mentales usw.

**Bildung ist die beste Investition.**  
**Nutzen Sie unser All-In-Angebot.**



### Weitere Vorteile im Überblick

- ★ Wir entwickeln laufend neue Fernstudien und Sie erhalten alle zukünftigen Fernstudien dazu.
- ★ Bestes Preis-Leistungsverhältnis
- ★ Aktualisieren Sie online jährlich Ihr Zertifikat/ Diplom um die Aktualität der Ausbildung hervorzuheben
- ★ Entfalten Sie Ihr volles Potenzial mit unserem Lehrgang zur Persönlichkeitsentwicklung exklusiv für Premium-Mitglieder

- ★ Lernen Sie in der Theorie, wie man erfolgreich eine Idee zu einem funktionierenden Business entwickelt
- ★ Trainingsvideos für Ihre körperliche Fitness



### Learn@Home Premium

~~statt 149 € / Monat~~  
**nur 89,40 € / Monat**

12 Monate Mindestvertragsdauer-  
danach monatlich kündbar

# Learn@Home Qualitätssiegel

## inklusive Business Circle

Fertig mit Ihrem Online-Fernstudium - was kommt jetzt?

*Aus Bildung wird Berufung*

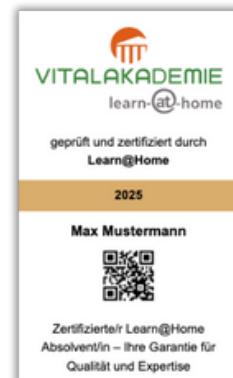
Starten Sie Ihre Karriere als **selbständige/r Trainer/in** – buchen und absolvieren Sie jetzt Ihren Lehrgang, erhalten Sie Ihr **Learn@Home Qualitätssiegel** und werden Sie Teil des exklusiven **Business Circles**!

Ausbildung bei Learn@Home  
buchen und absolvieren

Siegel und Business Circle  
online beantragen

Das Learn@Home  
Ökosystem

Als selbstständige/r  
Trainer/in durchstarten



Learn@Home Qualitätssiegel  
inkl. Business Circle

statt 599 € / Jahr  
um 199 € / Jahr



WWW.LEARN-AT-HOME.AT

VITALAKADEMIE  
learn-at-home

# Learn@Home Qualitätssiegel

## inklusive Business Circle



### Ihre Vorteile im Überblick

#### ✓ Offizielles Learn@Home Siegel

Nutzen Sie das Siegel für Ihre Website, Social Media und Email-Signatur – und schaffen Sie Vertrauen. Das Siegel wird jährlich aktualisiert.

#### ✓ Learn@Home wirbt für Sie

Wir bewerben Sie auf unserer Website – inkl. Backlink. In Kürze können Sie zudem Ihre Leistungen als Trainer/in in unserer kommenden Trainer-App präsentieren.

#### ✓ Zugang zum Learn@Home Business Circle

##### Lernen Sie folgende Themen mit unseren E-Books:

- Selbstständigkeit in Österreich
- Website-Erstellung ohne Programmierkenntnisse
- Google Ads unkompliziert einrichten
- Social-Media-Kanäle aufsetzen und starten
- Flyer und Visitenkarten einfach gestalten
- ChatGPT Mastery für Trainer
- Webshop erstellen und in die Website integrieren

#### ✓ Profitieren Sie von Spezialangeboten unserer Medienpartner

Buchen Sie Ihre Werbung bei unseren Medienpartnern zu vergünstigten Preisen.

#### ✓ Persönlicher Founder-Call

Nutzen Sie die Chance auf ein persönliches Strategiegespräch mit dem Learn@Home-Gründer und Geschäftsführer – und profitieren Sie von über 20 Jahren geballter Unternehmererfahrung für Ihren Erfolg.

#### ✓ Teil einer Community

Im Learn@Home Business Circle können Sie sich mit anderen selbstständigen Trainer/innen austauschen und Synergien knüpfen.