Ernährungstrainer*in

BERUFSBESCHREIBUNG

Ernährungstrainer*innen beraten ihre Kund*innen über Möglichkeiten zu einer bewussteren und gesünderen Ernährung. Gemeinsam mit den Kund*innen analysieren sie die bisherigen Ernährungs- und Lebensgewohnheiten und entwickeln ein Programm zur nachhaltigen Umstellung dieser Gewohnheiten (hin zur Vollwerternährung, biologischer Ernährung, Diätküche etc.). Sie empfehlen begleitende Maßnahmen, wie z. B. Bewegungstraining oder Kuren, organisieren und halten Kochkurse und Informationsvorträge und führen Feedbackgespräche mit ihren Kund*innen, um den Fortschritt und Erfolg der Maßnahmen zu besprechen.

Ernährungstrainer*innen arbeiten mit einzelnen Kund*innen ebenso wie mit Gruppen. Überwiegend sind sie selbstständig tätig, zum Teil aber auch in Wellness-, Freizeit- oder Gesundheitszentren angestellt. Die selbstständige Berufsausübung ist im Rahmen des reglementierten Gewerbes "Lebens- und Sozialberatung eingeschränkt auf Ernährungsberatung" als Ernährungsberater*in möglich. Voraussetzung dafür ist der erfolgreiche Abschluss der Studienrichtung Ernährungswissenschaften oder eine Ausbildung zum Diätologen / zur Diätologin.

Die Möglichkeit einer selbstständigen Berufsausübung ohne Befähigungsnachweis besteht im Rahmen eines freien Gewerbes "Erteilung von Informationen über die Zusammensetzung von Nahrungsmittel, ...", allerdings nur in sehr eingeschränktem Umfang.

Zur Diätbehandlung kranker Personen sind sie nur berechtigt, wenn sie eine Ausbildung zum Diätologen / zur Diätologin abgeschlossen haben.

Ausbildung

Die Ausbildung zum/zur Ernährungstrainer*in kann über unterschiedliche Wege erfolgen, beispielsweise über Lehrgänge von Erwachsenenbildungseinrichtungen, ein Abschluss der Studienrichtung Ernährungswissenschaften oder die Ausbildung zum/zur Diätolog*in (siehe Diätologe / Diätologin).

© ibw-Institut für Bildungsforschung der Wirtschaft