



AUSBILDUNG ZUR FASTENLEITER / FASTENLEITERIN MIKROBIOM-FASTEN

Dein Weg zur fachlich fundierten
Fastenleitung mit Mikrobiom-Fokus



MIKROBIOM-FASTEN
DER NEUE FASTEN-CODE

KOMPETENZ ZUR FASTENLEITUNG MIT MIKROBIOM-FOKUS

Die Ausbildung zur Fastenleitung mit Mikrobiom-Fokus vermittelt fachliche Grundlagen, praxisbezogene Methoden und rechtliche Orientierung für die professionelle Begleitung von Fastenkursen. Sie richtet sich an Personen mit Vorkenntnissen im Gesundheits- und Ernährungsbereich, die ihr Wissen im Bereich Mikrobiom-Fasten erweitern möchten.

WARUM MIKROBIOM-FASTEN

Mikrobiom-Fasten verbindet Aspekte des Fastens mit aktuellen Erkenntnissen zur Darmgesundheit und Ernährung. Das Ausbildungskonzept vermittelt Grundlagen, Hintergrundwissen und praktische Hinweise zur Planung und Durchführung von Fastenkursen mit Mikrobiom-Fokus.



MIKROBIOM-FASTEN
DER NEUE FASTEN-CODE

AUSBILDUNGSIHALTE

Die Ausbildung umfasst folgende Themenbereiche:

- Grundlagen des Fastens
- Fastenformen, physiologische Prozesse
- Fastenphasen und Fastenbrechen
- Mikrobiom und Gesundheit
- Das Mikrobiom-Fasten-Konzept und seine wissenschaftlichen Hintergründe.
- Kursplanung und Praxismethoden.
- Psychosoziale Aspekte des Fastens, Motivation und Gruppenbegleitung.
- Rechtliche Grundlagen und Abgrenzung zur Heilkunde.
- Marketing und berufliche Orientierung

REFERENTEN



Prof. Dr. Michaela Axt-Gadermann

Professorin für Gesundheitsförderung mit Schwerpunkten in Darmgesundheit, Mikrobiom und Fasten; Ärztin und Autorin von Fach- und Sachbüchern.



Johanna Katzera

Fastenbegleiterin und Mitautorin von Der neue Fasten-Code; sie bringt praktische Erfahrung in der Durchführung von Fastenkursen und der Begleitung von Mikrobiom-Fasten-Angeboten ein.



Manuel Patterer

Fastencoach und Trainer mit Erfahrung in der Begleitung von Fasten- und Gesundheitsprozessen.



FÜR WEN EIGNET SICH DIE AUSBILDUNG?

Der Lehrgang richtet sich in erster Linie an Personen mit fachlichen Vorkenntnissen im Gesundheits- und Ernährungsbereich, die ihr berufliches Profil um die qualifizierte Durchführung präventiver Mikrobiom-Fastenkurse erweitern möchten.

Zur Zielgruppe zählen insbesondere

- Ärztinnen und Ärzte,
- Ernährungsberater/innen,
- Fastenleiter/innen,
- Heilpraktiker/innen,
- Apotheker/innen,
- Gesundheitsförderer/innen,
- Pflegekräfte,
- Gesundheitspädagogen/innen,
- Fitnesstrainer/innen,
- Gesundheitscoaches,
- MFAs

sowie vergleichbar qualifizierte Fachpersonen.



AUSBILDUNGSFORMAT

Die Ausbildung erfolgt **vollständig online** und ist modular aufgebaut. Die Inhalte stehen über eine Lernplattform strukturiert zur Verfügung und können eigenständig bearbeitet werden.

Zusätzlich ist eine einwöchige Selbsterfahrungsphase vorgesehen, in der die Teilnehmenden den Mikrobiom-Fastenkurs selbstständig durchführen. Die Ausbildung wird durch begleitende Materialien und Skripte ergänzt.

Nach Abschluss bleiben die Ausbildungsinhalte weiterhin über die Lernplattform verfügbar.

KONTAKTINFORMATION

- praeventis.med GbR - Dr. Michaela Axt-Gadermann, Ralf Gadermann
- Neißer Str. 13, D-36100 Petersberg
- Tel.: +49 661 9621113
- info@mikrobiom-fasten.de
- www.mikrobiom-fasten.de