

Ernährungstrainer*in

BERUFSBESCHREIBUNG

Ernährungstrainer*innen beraten ihre Kundinnen und Kunden über Möglichkeiten zu einer bewussteren und gesünderen Ernährung. Gemeinsam mit den Kundinnen und Kunden 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 Kundinnen und Kunden, um den Fortschritt und Erfolg der Maßnahmen zu besprechen.

Ernährungstrainer*innen arbeiten mit einzelnen Kundinnen und Kunden 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/zur Diplomierten Diätologen/Diätologin abgeschlossen haben (siehe Diätologe / Diätologin).

Ausbildung

Die Ausbildung erfolgt im Rahmen eines Studiums an einer Universität, Fachhochschule oder Pädagogischen Hochschule und dauert meist 6 Semester (3 Jahre) für ein Bachelorstudium und weitere 4 Semester (2 Jahre) für ein anschließendes Masterstudium. Manche Studienrichtungen haben auch eine andere Studiendauer. Voraussetzung für ein Studium ist in der Regel die Matura, Berufsreifeprüfung oder Studienberechtigungsprüfung.