

# Präventionsberater – Gesundheitscoach, geprüft (SGD)

## Kurzbeschreibung

Du willst Menschen zu mehr Balance im Alltag verhelfen? In dieser Online-Weiterbildung lernst du, wie du mit ganzheitlichem Wissen gesundheitsfördernd begleiten kannst.

## Kursinhalte

### Aspekte der Prävention

- ✓ Ernährung
- ✓ Bewegung/Fitness
- ✓ Entspannung/Stressmanagement
- ✓ Öffentliche Prävention
- ✓ Hygiene
- ✓ Suchtprävention
- ✓ Psyche und Gesundheit
- ✓ Geistige Fitness
- ✓ Betriebliche Gesundheitsprävention
- ✓ Umweltschadstoffe und Schadstoffe im Alltag
- ✓ Gesundheitsförderliches Verhalten und Konsumieren
- ✓ Gesundes Bauen und Wohnen
- ✓ Textilien und Verbrauchsstoffe im Alltag

### Aspekte der Prävention: Systemisches Beraten und Coachen

- ✓ Systemisches Beraten und Coachen
- ✓ Phasen von Beratungs- und Coachinggesprächen
- ✓ Gesundheitscoaching als Projekt



## Auf einen Blick

**Vollzeit:** 4,4 Monate

**Teilzeit:** 7,6 Monate

**Abschluss:** Abschlusszeugnis,  
Zertifikat

- ✓ Methoden und Instrumenten zu verschiedenen Beratungs- und Coachingthemen
- Methoden der Kommunikation mit
- ✓ Klienten/Kunden/Patienten zur Förderung der gesundheitlichen Prävention

## Voraussetzungen

- Du solltest über eine Ausbildung und/oder Berufserfahrung in einem Gesundheitsberuf verfügen oder
- ✓ einen (sozial-)pädagogischen, journalistischen oder beratenden Beruf mit Interessenschwerpunkt auf dem Thema „Gesundheit“ ausüben.

### Technik

- Zum Aufrufen der Lernvideos und Online-Tests benötigst
- ✓ du einen Zugang ins Internet (mit Computer oder Mobilgerät).
- Unser Tipp: Das optimale Lernerlebnis erreichst du in der
- ✓ Kombination von SGD-App (Handy) mit PC bzw. Laptop oder Tablet.

## Materialien

- ✓ Studienmappe
- ✓ 17 Studienhefte
- ✓ Dazu 2 (fakultative) Zusatzhefte mit Anatomie- und Physiologie-Grundlagen
- ✓ Kostenlose MP3-Audiorepetitorien
- ✓ Zugang zum SGD-OnlineCampus

## Zertifizierte Qualität



Alle unsere Weiterbildungen sind durch die **Zentralstelle für Fernunterricht (ZFU)** zugelassen und nach **AZAV zertifiziert**.  
Damit erfüllen sie die hohen Standards an das Online-Lernen.

ZFU-Nummer: 7504025

AZAV-Nummer: 415/0158/25