sgd
DEUTSCHLANDS FÜHRENDE FERNSCHULE

240/
257

Ernährungsberater/in für vegetarische und vegane Kostformen

Leitfaden. Inhalte. Probelektion.

FACHBEREICH GESUNDHEIT UND WELLNESS:
▸ Ernährung

Auch wählbar als
Aufbau KURS

DIE WELT Digital-Champions
sgd | Nr. 1

AZAV
BILDUNGS-GUTSCHEIN
BIS ZU 100 % FÖRDERUNG

Inhalt

Ernährungsberater/in für vegetarische und vegane Kostformen 4
Ihr Fernstudium bei der sgd 7
Kosten und Fördermöglichkeiten 10
11 Gründe für die sgd 11
Praxis und Berufschancen 12
Lernstoffübersicht 12
Individueller Kundenservice 13
Probelektion 14

Die sgd – Deutschlands führende Fernschule – richtet ihr Bildungs- und Serviceangebot stets an alle Geschlechter. Wird für eine bessere Lesbarkeit und Verständlichkeit die männliche Personenform genutzt, sind damit alle Geschlechter mitgemeint.

„Gesunde und ethisch korrekte Ernährung gewinnt immer mehr an Bedeutung.“

Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer,

ich freue mich, dass Sie sich für diese einzigartige berufliche Weiterbildungschance bei der sgd interessieren. Der Lehrgang „Ernährungsberater/in für vegetarische und vegane Kostformen“ hilft Ihnen, Experte in einem gefragten und zukunftsorientierten Fachgebiet zu werden.

Im Bereich der vegetarischen und veganen Ernährung gibt es bislang nur wenige Weiterbildungsmöglichkeiten. Die sgd bietet Ihnen mit diesem Lehrgang die Möglichkeit, sich im Fernstudium zum Ernährungsberater zu qualifizieren. Dabei lernen Sie nicht nur bequem zu Hause, sondern auch flexibel neben dem Beruf.

Wenn Sie bereits über nachweisbare Kenntnisse im Bereich Ernährungsberatung verfügen, können Sie den Lehrgang auch als Aufbaukurs belegen.

Um Ihnen alle offenen Fragen zu Ihrem Wunschlehrgang zu beantworten, haben wir diesen Leitfaden mit Probelektion verfasst. Er informiert Sie über Aufbau, Ablauf und Inhalte des Lehrgangs. Sie erfahren außerdem, welche zahlreichen Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten es gibt.

Sie haben nach der Lektüre dennoch unbeantwortete Fragen? Dann rufen Sie einfach an oder schicken Sie uns eine E-Mail. Unser Kundenservice berät Sie gern – ausführlich, persönlich und kompetent.

Viel Erfolg,

Ihr

Björn Lindenthal
Leitung Fachbereiche

Ernährungsberater/in für vegetarische und vegane Kostformen

In Deutschland findet ein Umdenken statt: Immer mehr Menschen möchten sich gesund und zugleich nach ethischen Grundsätzen ernähren. Daher treffen viele die Entscheidung, Ihre Ernährung umzustellen und sich vegetarisch oder vegan zu ernähren. Mit diesem Trend steigt auch die Nachfrage an Ernährungsexperten, denn bei einer Ernährungsumstellung treten zunächst viele Fragen auf. Ob es sich um Unsicherheiten über die Deckung des täglichen Bedarfs oder mögliche Ersatzlebensmittel handelt: Hier sind Ernährungsberater gefragt, die sich mit den Besonderheiten vegetarischer und veganer Kost auskennen und kompetent beraten.

Aufbau KURS

Für Teilnehmer mit Vorkenntnissen

Sie verfügen bereits über einen Abschluss als "Ernährungsberater/in", den Sie bei uns oder anderweitig erworben haben? Dann belegen Sie einfach den Aufbaukurs. So verkürzen Sie Ihre Studiendauer um 6 Monate und sparen damit Zeit und Geld.

Welche Vorteile bietet mir der Lehrgang?

Praxisnah

Durch die abschließende Online-Veranstaltung werden Sie bereits während des Lehrgangs auf eine mögliche Tätigkeit als Berater in Ernährungsfragen vorbereitet. Sie können Ihre Kommunikationsfähigkeiten schulen und die gelernte Theorie anwenden.

Campus-Atmosphäre

Einen persönlichen Austausch mit Ihren Mitstudierenden und Fernlehrern ermöglicht Ihnen der sgd-OnlineCampus. Hier können Sie sich z. B. mit Ihren Kommilitonen vernetzen oder Ihre Studienhefte als E-Books herunterladen. Dabei sind Sie völlig frei, zu welchen Zeiten Sie online gehen und in anregender Atmosphäre Kontakte pflegen.

Erfahrene Fernlehrer sind für Sie da

Schritt für Schritt führen wir Sie durch den Lernstoff. Erfahrene Fernlehrer unterstützen Sie dabei mit wertvollen Anleitungen und praktischen Tipps. Ihre Fernlehrer sind auch über die durchschnittliche Studiendauer hinaus für Sie da. Das gibt Ihnen die Sicherheit, Ihre eigenen Lernziele zu erreichen.

Staatliche Zulassung

Der Lehrgang wurde von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht (ZFU) in Köln unter der Nummer 7335118 bzw. 7364420 (Aufbaukurs) geprüft und zugelassen. So können Sie absolut sicher sein, dass der Lernstoff vollständig, fachlich und pädagogisch einwandfrei aufbereitet ist. Außerdem garantiert es Ihnen, dass der Lehrgang in seiner Durchführung den staatlichen Bedingungen für Fernunterricht entspricht.

Was lerne ich genau?

Staatliche Zentralstelle zugelassen zfu Nr. für Fernunterricht

Durch diesen Lehrgang werden Sie in allen wichtigen Themen rund um die vegetarische und vegane Ernährungsweise geschult.

Im Einzelnen behandeln Sie folgende Themen:

Ernährungslehre: Sie lernen die Bedeutung der einzelnen Nahrungsbestandteile für den Organismus kennen und können auf Basis dieses Wissens Empfehlungen für die Deckung des Ernährungsbedarfs geben.

Lebensmittelkunde: Sie beschäftigen sich mit den Eigenschaften und Inhaltsstoffen von Lebensmitteln, insbesondere von vegetarischen und veganen Produkten. Somit können Sie bei Ihren Beratungen auf die richtige Lagerung, Verwendung und Zubereitung dieser Lebensmittel hinweisen.

Besonderheiten der vegetarischen und veganen Ernährung: Sie erfahren wie Vegetarier und Veganer – auch in besonderen Lebensphasen – mit allen notwendigen Nährstoffen gut versorgt werden können.

Ernährungsprävention: Sie lernen die Grundsätze einer vollwertigen Ernährung kennen und gewinnen einen Überblick über die Möglichkeit der Prävention durch Ernährung bzw. der Ernährungsumstellung bei Erkrankungen.

Ernährungskommunikation: In diesem Teilgebiet wird Ihnen vermittelt, wie Sie durch ziel- und adressatengerechte Beratung das Essverhalten Ihrer Klienten positiv beeinflussen.

Unternehmerische Tätigkeit: Sie erhalten einen Überblick über Einsatzmöglichkeiten für Ernährungsberater. Wenn Sie eine Selbstständigkeit anstreben, sind Sie in der Lage, die ersten Schritte zu planen und umzusetzen.

Eine ausführliche Lernstoffübersicht finden Sie auf Seite 12.

An wen richtet sich der Lehrgang?

Der Lehrgang ist für Sie ideal,

- wenn Sie bereits Ernährungsberater sind und sich sowohl auf die Besonderheiten der vegetarischen als auch der veganen Kost spezialisieren möchten.
- wenn Sie im Gesundheitsbereich arbeiten und eine **Zusatzqualifikation** erwerben möchten.
- wenn Sie in einem Reform- oder Naturkostladen angestellt sind und sich zusätzliches **Wissen über Lebensmittel und pflanzliche Ernährungsformen** aneignen möchten.
- wenn Sie sich als Ernährungsberater für vegetarische und vegane Kostformen haupt- oder nebenberuflich **selbstständig machen wollen.**

Ihre Fähigkeiten am Lehrgangsende:

- individuelle Ernährungspläne erstellen
- Klientengespräche planen und durchführen
- Menschen zu Verhaltensänderungen motivieren
- Eine Beratungspraxis eröffnen und erfolgreich betreiben

Video mit Alexandra Lange
Erfolgreiche sgd-Absolventin

Das im Kurs vermittelte Wissen ist enorm (...)

Einfach QR-Code einscannen und Video anschauen.

Ernährungsberater/in für vegetarische und vegane Kostformen

Ihr Fernstudium bei der sgd

Ein Fernstudium an Deutschlands führender Fernschule ist die beste Investition in Ihre Zukunft. Es ist ganz auf Ihre persönliche Lebenssituation zugeschnitten: Sie bestimmen wann, wo und wie Sie lernen – mit leicht verständlichen Studienmaterialien, hilfsbereiten Fernlehrern und unserem einzigartigen Premium-Service.

Wann geht es los?

Sie können jederzeit **an 365 Tagen** im Jahr starten – und uns **4 Wochen kostenlos testen**. Melden Sie sich zu Ihrem Wunschlehrgang an und probieren Sie unsere Leistungen und Services einfach aus. Wollen Sie danach wie geplant fortfahren, zählt der Testmonat als reguläre Studienzeit. Sollten Sie dagegen nicht zufrieden sein, machen Sie einfach von Ihrem Widerrufsrecht Gebrauch. Für Sie fallen dann keinerlei Studiengebühren an.

Wie lange dauert der Lehrgang?

Der Lehrgang „Ernährungsberater/in für vegetarische und vegane Kostformen" ist auf eine Dauer von 12 Monaten (Gesamtkurs) bzw. 6 Monate (Aufbaukurs) angelegt. Dabei wird eine wöchentliche Lernzeit von etwa 8 Stunden eingeplant. Sie können auch schneller lernen oder sich bis zu 18 Monate (Gesamtkurs) bzw. 9 Monate (Aufbaukurs) Zeit lassen. Eine kostenlose Verlängerung dieser Betreuungszeit ist nach individueller Absprache möglich.

4 WOCHEN GRATIS TESTEN
sgd-GARANTIE

Nr. 1 in digitalen (Lern-) Angeboten: Die sgd ist mit ihren digitalen Angeboten erneut der Kundenliebling unter den Fernschulen.

DIE WELT Digital-Champions – sgd Nr. 1

sgd-ONLINECAMPUS

Die sgd-Community

- **Kontakt aufnehmen:** Hier finden Sie immer den richtigen Ansprechpartner.
- **Studienhefte als E-Books:** Einfach herunterladen und mobil lernen.
- **Community nutzen:** Tauschen Sie sich über Foren und Chats aus.
- **Digitaler Aufgabenservice:** Einsendeaufgaben einfach online versenden.
- **Moderne Lernmedien:** Nutzen Sie eine individuelle Auswahl an zusätzlichen digitalen Lerninhalten und Zusatzangeboten.
- **Lerngruppen finden:** Lernen Sie bequem mit anderen Lehrgangsteilnehmern.
- **Aktuelle Informationen:** Lesen Sie regelmäßig Tipps und Hinweise, wie Sie Ihr Fernstudium erfolgreich gestalten können.
- **sgd-Extra:**
  - Statistik-Portal *statista*: Zugriff auf mehr als 1 000 000 Statistiken zu über 80 000 Themen.
  - Digitale sgd-Lernkarten: optimales und einfaches Lernen mit den praktischen digitalen Karteikarten.

App-solut mobil

Mit unserer sgd-Campus-App wird das mobile Lernen zum Vergnügen. Als Zusatzangebot für den sgd-OnlineCampus finden Sie darin viele nützliche Funktionen für höchste Lernfreude unterwegs.

Erhältlich im App Store · JETZT BEI Google Play

Welche Voraussetzungen müssen erfüllt werden?

Es sind keine besonderen Fachkenntnisse notwendig, um erfolgreich am Lehrgang teilzunehmen. Berufliche Erfahrung in einem gesundheits- oder ernährungsbezogenen Arbeitsbereich ist jedoch von Vorteil.

Zum Belegen des Aufbaukurses benötigen Sie nachweisbare Kenntnisse im Bereich Ernährungsberatung. Diese können Sie über den sgd-Lehrgang „Ernährungsberater/in" (836) oder anderweitig erworben haben. Erfahrungen im medizinischen oder gesundheitsbezogenen Bereich sind nicht notwendig, aber von Vorteil.

Um den sgd-OnlineCampus nutzen zu können, benötigen Sie lediglich einen Computer mit Internetzugang. Auf Ihrem Tablet oder Smartphone können Sie auch unsere sgd-Campus-App nutzen. Für die Teilnahme an der Online-Veranstaltung benötigen Sie ein Headset sowie eine Webcam.

Was wird mir in der Online-Veranstaltung vermittelt?

Als Ernährungsberater/in ist es für Sie wichtig, eine maßgeschneiderte Beratung anbieten zu können. Das sichert nicht nur die Zufriedenheit der Kunden, sondern auch Ihre eigene Reputation. Die Online-Veranstaltung „Beratungstraining" am Ende des Lehrgangs gibt Ihnen die Gelegenheit, den einfühlsamen **Umgang mit Klienten** unter Anleitung zu üben. Auch trainieren Sie, wie Sie adressatengerecht **Fachwissen vermitteln** können.

Welche Zeugnisse kann ich erwerben?

Das sgd-Abschlusszeugnis

Sie erhalten das sgd-Abschlusszeugnis „Ernährungsberatung für vegetarische und vegane Kostformen" als Beleg Ihrer Lehrgangsteilnahme und Bestätigung Ihrer Leistungen. Vorausgesetzt natürlich, Sie haben alle vorgesehenen Einsendeaufgaben und Online-Tests erfolgreich bearbeitet – und damit den Lehrgang vollständig absolviert.

Mit welchem Studienmaterial lerne ich?

Die Lerninhalte wurden speziell für erwachsene Lerner und die flexible berufliche Weiterbildung entwickelt. Im Einzelnen erhalten Sie:

- **Eine Studienmappe** mit allen Ihren persönlichen Studienunterlagen, wie zum Beispiel Ihren Studienausweis, Ihren persönlichen Zugangsdaten für den Online-Campus und den Lieferplan Ihres Studienmaterials
- **Ein Begleitheft** mit ausführlichen Informationen zu Ihrem Lehrgang und wertvollen Tipps zum Fernlernen
- **16 Studienhefte** (Gesamtkurs) bzw. **7 Studienhefte** (Aufbaukurs) mit verständlich aufbereitetem Lernstoff, die Sie sich auch als E-Books in den Formaten PDF, EPUB und/oder HTML von unserem sgd-OnlineCampus oder über die sgd-Campus-App herunterladen können
- **Ein Nachschlagewerk und eine Nährwerttabelle**
- MP3-Audiorepetitorien
- Freien Zugang zum **sgd-OnlineCampus** und zur **sgd-Campus-App** mit vielen weiteren Vorteilen (siehe Seite 7)
- **Kostenfreie Nutzung der Ernährungsberater-Software „kcalculator"** für 4 Monate (Gesamtkurs) bzw. 3 Monate (Aufbaukurs)

Ernährungsberater/in für vegetarische und vegane Kostformen

Das sgd-Zertifikat

Sie erwerben das sgd-Zertifikat „Ernährungsberater/in für vegetarische und vegane Kostformen", wenn Sie die Voraussetzungen für das sgd-Abschlusszeugnis erfüllt, an der Online-Veranstaltung "Beratungstraining" erfolgreich teilgenommen und den Abschlusstest bestanden haben.

Beides stellen wir Ihnen auf Wunsch auch als internationale Dokumente aus. Mit dem englischsprachigen Zertifikat ist Ihr erworbenes Fachwissen für Personaler weltweit dokumentiert. Dadurch wird es für Sie zu einem großen Pluspunkt bei Bewerbungen im Ausland sowie bei international tätigen Unternehmen.

IHR sgd-VORTEIL

Fernstudieren ganz nah: Gemeinsam lernen und jederzeit Kontakte mit der sgd-Community knüpfen – unser sgd-OnlineCampus macht es möglich.

In 6 Schritten zum Wunschziel

1. **Jederzeit anmelden –** an 365 Tagen im Jahr, per Post oder online
2. **Startpaket inkl. Online-Campus-Zugang erhalten** und 4 Wochen testen
3. **Flexibel lernen** an jedem Ort zu jeder Zeit
4. **Wissen aufbauen –** mit dem modernen sgd-Medienmix
5. **Einsendeaufgaben bearbeiten und verschicken –** per Post oder digital
6. **sgd-Abschlusszeugnis** nach erfolgreichem Lösen der Online-Tests und Einsendeaufgaben
   sgd-Zertifikat nach Teilnahme an der Online-Veranstaltung und bestandenem Abschlusstest

Kosten und Fördermöglichkeiten

Ihre Studiengebühren bleiben während des gesamten Lehrgangs unverändert.

Was kostet der Lehrgang?

Die monatliche Studiengebühr finden Sie auf der Preisliste. Sie wird in monatlichen Raten beglichen. In der Studiengebühr sind enthalten: Studien- und Fachbetreuung, Studienmaterial, Korrektur Ihrer Einsendeaufgaben, Nutzung des sgd-OnlineCampus und die Gebühren für das sgd-Abschlusszeugnis sowie für das sgd-Zertifikat bzw. sgd-Certificate.

Welche Rabatte gibt die sgd?

Neben den staatlichen Förderprogrammen unterstützt Sie auch die sgd bei der Finanzierung Ihres Fernstudiums – dank zahlreicher attraktiver Vorteile und Nachlässe.

AZAV BILDUNGS-GUTSCHEIN BIS ZU 100 % FÖRDERUNG

- **100,– € Prämie** für Mitglieder von ADAC und BSW Der Vorteil für den Öffentlichen Dienst
- **10 % Rabatt** für Arbeitsuchende, Azubis, Studenten, Schwerbehinderte, Rentner und Pensionäre, Teilnehmer und Absolventen der Wilhelm Büchner Hochschule
- **20 % Rabatt** für Mütter und Väter in der Elternzeit
- **15 % Ehrenamts-Rabatt** als Dank, Anerkennung und Wertschätzung für Menschen, die sich in überdurchschnittlichem Maße freiwillig und unentgeltlich für die Gesellschaft engagieren. Details finden Sie hier: https://www.sgd.de/ehrenamt
- **15 % Rabatt** für Sportler an deutschen Olympiastützpunkten
- Ab **15 % Rabatt** bei Sammelanmeldungen von Arbeitskollegen
- **20 % Rabatt** für sgd-Absolventen
- **20 % Rabatt** für Mitglieder und Mitarbeiter von ausgewählten Verbänden. Bitte fragen Sie uns, wenn Ihr Verband noch nicht dabei ist.

Ist ein sgd-Kurs steuerlich absetzbar?

Ein sgd-Studiengang kann zu 100 % bei der Steuer berücksichtigt werden, wenn es sich um Fortbildungskosten handelt! Bitte informieren Sie sich über die steuerliche Abzugsfähigkeit bei Ihrem Finanzamt oder Ihrem Steuerberater.

Welche Fördermöglichkeiten gibt es?

Die berufliche Weiterbildung wird finanziell von vielen Seiten unterstützt. Zahlreiche staatliche Förderprogramme und Zuschüsse erleichtern Ihnen die Finanzierung Ihres Fernstudiums.

- **Bildungsgutschein nach AZAV:** Als bundesweit zugelassener Bildungsträger sind wir berechtigt, Bildungsgutscheine aus ganz Deutschland anzunehmen – von Sylt bis Garmisch-Partenkirchen. Dieser Gutschein deckt die Lehrgangskosten ab. Fragen Sie uns oder Ihre zuständige Agentur für Arbeit.
- **Aufstiegs-BAföG** – Zuschuss vom Staat
- **Förderprogramme der Bundesländer**
- **Qualifizierungschancengesetz**
- **Kindergeld**
- **Schüler-BAföG**
- **Weiterbildungsstipendium**
- **Bildungsurlaub**
- **Berufsförderungsdienst der Bundeswehr** – Förderung für Zeitsoldaten
- **Kostenübernahme** durch den Arbeitgeber

Welche dieser Fördermöglichkeiten, Zuschüsse und Rabatte für Sie möglich sind, erfahren Sie in unserer Broschüre **FÖRDERLOTSE** und unter **www.sgd.de**. Oder rufen Sie uns einfach an: Die sgd-Finanzierungsexperten beraten Sie gern unter der Telefonnummer **06151 3842-6**.

11 Gründe, warum Sie noch heute starten sollten

Jederzeit und überall weiterbilden

Studieren Sie, wann und wo Sie wollen. Dank **freier Zeiteinteilung** und dem sgd-OnlineCampus, in dem Ihr Lernstoff überall und rund um die Uhr verfügbar ist.

Berufsbegleitend oder Vollzeit studieren

Das sgd-Studium passt sich Ihrer **individuellen Lebenssituation** an: So ist Ihre Weiterbildung zu 100 % mit Hobby, Familie und Beruf vereinbar.

50 % Gratis-Verlängerung

Studieren Sie in Ihrem **individuellen Lerntempo** – und ohne Zeitdruck. Wenn Ihnen etwas dazwischenkommt, verlängern wir Ihre Studienzeit kostenlos – um bis zu 50 %.

Intensive Studienbetreuung

Ihre **Fernlehrer:innen** geben Ihnen regelmäßig praxisnahes Feedback zu Ihrem Lernerfolg – bequem über Instant Messaging, Chats und Foren im Online-Campus.

Gemeinsam lernen

Nutzen Sie die Community-Funktionen Ihres Online-Campus: Chatten Sie mit Ihren **Mitstudierenden** und lernen Sie gemeinsam in virtuellen Studiengruppen.

Multimedialer Medienmix

Von Studienheften und E-Books über MP3s und Videos bis hin zu digitalen Lernkarten: Lernen Sie mit dem **Studienmaterial, das am besten zu Ihnen passt.**

GRATIS TESTEN

4 Wochen gratis testen

Legen Sie einfach los – ganz **unverbindlich**. Probieren Sie einen Monat lang **kostenlos** alles aus: von den Studienheften bis zum sgd-OnlineCampus.

Ausgezeichnete Qualität

Alle sgd-Kurse sind **staatlich geprüft** und zugelassen. Darüber hinaus erhalten wir regelmäßig **erstklassige Kund:innenbewertungen** auf Vergleichsportalen.

Der Wissenschaft verpflichtet

Unsere Kurse sind immer auf dem neuesten Wissensstand und werden mit **renommierten Bildungspartner:innen** aus Wissenschaft und Lehre entwickelt.

BESTER PREIS GARANTIERT

Bestpreis-Garantie

Sie zahlen immer den **günstigsten Preis.** Wenn nicht, legen Sie uns ein vergleichbares Angebot vor – und wir passen es für Sie an.

Nachhaltig studieren

Studieren Sie **der Umwelt zuliebe** wahlweise ausschließlich mit digitalem Studienmaterial im sgd-Online-Campus.

Praxis und Berufschancen

Der Lehrgang „Ernährungsberater/in für vegetarische und vegane Kostformen" vermittelt Ihnen ein breites theoretisches Fachwissen sowie gängige Beratungstechniken. Somit erlangen Sie eine angesehene Zusatzqualifikation für Ihre berufliche Entwicklung. Nach dem erfolgreichen Abschluss des Lehrgangs bieten sich Ihnen zahlreiche Möglichkeiten: Sie können sich beispielsweise als Ernährungsberater, der als Zielgruppe sowohl Vegetarier als auch Veganer anspricht, haupt- oder nebenberuflich selbstständig machen.

Gefragter Beruf

Aufgrund der zunehmenden Beliebtheit vegetarischer und veganer Ernährung steigt auch die Nachfrage an Experten in diesem Bereich. Denn gesunde und ethisch korrekte Ernährung ist nicht nur ein langfristiger Trend, sondern wird für immer mehr Menschen zur Lebenseinstellung.

Für die persönliche Fortbildung geeignet

Auch wenn Sie sich selbst vegetarisch oder vegan ernähren und sich fundiertes Wissen über Besonderheiten dieser Ernährungsform aneignen möchten, ist der Lehrgang die richtige Wahl. Nach dem erfolgreichen Abschluss haben Sie ein solides Expertenwissen über die Besonderheiten einer pflanzlichen Ernährung und können dies im Alltag anwenden.

Zusatzqualifikation im Gesundheits- und Ernährungsbereich

Die Weiterbildung eignet sich außerdem als Zusatzqualifikation für Angestellte in Einrichtungen des Gesundheitswesens, wie Ärzte, Heilpraktiker, und für Mitarbeiter im hauswirtschaftlichen und gastronomischen Bereich, wie Köche und Catering-Dienstleister. Auch als pädagogische Fachkraft oder als Fachverkäufer in einem Reformhaus oder Naturkostladen profitieren Sie von dieser Weiterbildung.

Ihre Einsatzbereiche als Ernährungsberater für vegetarische und vegane Kostformen

- Kliniken und Krankenhäuser
- Beratung im Gesundheitsbereich
- Hauswirtschaft und Gastronomie
- Wellness- und Fitness-Center
- Reformhäuser und Naturkostläden
- Pädagogische Institutionen

Lernstoffübersicht

ERNÄHRUNGSLEHRE:
Sie lernen die Bedeutung der einzelnen Nahrungsbestandteile für den Organismus kennen und können auf Basis dieses Wissens Empfehlungen für die Deckung des Ernährungsbedarfs geben.

LEBENSMITTELKUNDE:
Sie beschäftigen sich mit den Eigenschaften und Inhaltsstoffen von Lebensmitteln, insbesondere von vegetarischen und veganen Produkten. Somit können Sie bei Ihren Beratungen auf die richtige Lagerung, Verwendung und Zubereitung dieser Lebensmittel hinweisen.

BESONDERHEITEN DER VEGETARISCHEN UND VEGANEN ERNÄHRUNG:
Sie erfahren in diesem Stoffgebiet, wie Vegetarier und Veganer – auch in besonderen Lebensphasen – mit allen notwendigen Nährstoffen gut versorgt werden können.

ERNÄHRUNGSPRÄVENTION: Sie lernen die Grundsätze einer vollwertigen Ernährung kennen und gewinnen einen Überblick über die Möglichkeiten der Prävention durch Ernährung bzw. der Ernährungsumstellung bei Erkrankungen.

ERNÄHRUNGSKOMMUNIKATION:
In diesem Teilgebiet wird Ihnen vermittelt, wie Sie durch ziel- und adressatengerechte Beratung das Essverhalten Ihrer Klienten positiv beeinflussen.

UNTERNEHMERISCHE TÄTIGKEIT: Sie erhalten einen Überblick über Einsatzmöglichkeiten für Ernährungsberater. Wenn Sie eine Selbstständigkeit anstreben, sind Sie in der Lage, die ersten Schritte zu planen und umzusetzen.

Aktualisierungen vorbehalten!

Ernährungsberater/in für vegetarische und vegane Kostformen

Individueller Kundenservice

Von der Anmeldung bis zur Zeugnisübergabe – bei uns finden Sie für alle Belange Ihren persönlichen Ansprechpartner. Unser freundliches und kompetentes Serviceteam kümmert sich um jede organisatorische Angelegenheit. Bei sämtlichen fachlichen und pädagogischen Fragen helfen Ihnen gern unsere erfahrenen Fernlehrer weiter.

Ihre Fernlehrer

… korrigieren, kommentieren und benoten nicht nur Ihre Einsendeaufgaben schnell und individuell. Sie stehen Ihnen außerdem jederzeit in allen fachlich-pädagogischen Fragen zur Seite – sei es mit kompetenter Auskunft zu relevanten Sachverhalten oder wertvollen Anmerkungen, Hinweisen und Tipps.

Sie erreichen Ihre Fernlehrer einfach per E-Mail oder immer häufiger auch über die Foren und Chats im sgd-OnlineCampus. So werden Sie kompetent und zuverlässig auf Ihrem Weg zum Studienabschluss begleitet.

Ihr persönlicher Kundenservice

… ist während der gesamten Studienzeit für Sie da: Unser Serviceteam beantwortet Ihnen alle grundsätzlichen Fragen zu Organisation und Ablauf des Lehrgangs. Rufen Sie einfach an, wenn Sie zum Beispiel Ihr Studienmaterial in kürzeren Abständen geliefert oder Ihre Betreuungsfrist verlängert haben möchten.

Probelektion

Dies ist ein Auszug aus dem Studienheft „Praxis vegetarischer und veganer Ernährung".

[...]

1.3 Vegane Ernährungspyramide

ProVeg Deutschland e. V. fördert und vertritt die Interessen von Vegetariern und Veganern. Auf der Website des Vereins findet man eine Ernährungspyramide, die auf eine vegane Lebensweise zugeschnitten ist:

Abb. 1.3: Vegane Ernährungspyramide ProVeg Deutschland e. V.

In der veganen Ernährungspyramide ist die optionale Ebene Milch/Milchprodukte/Eier ausgeklammert. Entsprechend größer ist die Ebene der Hülsenfrüchte, Sojaprodukte, weitere Proteinquellen, Nüsse und Samen.

Für diese Lebensmittelebene weichen die Verzehrempfehlungen von ProVeg von denen der Gießener vegetarischen Lebensmittelpyramide ab.

ProVeg empfiehlt an dieser Stelle:

- **Milchalternativen (200–300 g pro Tag)**
  - Milchalternativen aus Soja, Getreide oder Nüssen (Soja-, Hafer-, Mandeldrink und ähnliches)
  - ▸Sojaghurt
  - pflanzliche Sahne- und Frischkäsealternativen
- **Hülsenfrüchte und weitere Eiweißquellen (1 Portion pro Tag)**

  1 Portion entspricht:
  - 100–120 g Hülsenfrüchte (gegart) oder
  - 50–100 g ▸Tofu, ▸Tempeh, ▸Seitan, Fleischalternative auf Lupinenbasis

Die Aufteilung ist also etwas anders und die empfohlenen Mengen deutlich größer als bei der Gießener vegetarischen Lebensmittelpyramide. Zusammen mit allen anderen empfohlenen Lebensmitteln ergibt sich damit eine Nahrungsenergiezufuhr von etwa 2050 kcal pro Tag.

Praxistipp:

Orientieren Sie sich für die praktische Ernährungsberatung von Veganern am besten an diesen abweichenden Empfehlungen von ProVeg, da diese stärker an der Praxis orientiert sind und hiermit eher eine ausreichende Nahrungsenergiezufuhr gewährleistet ist.

- **Meeresalgen**

  Im Unterschied zur Gießener vegetarischen Lebensmittelpyramide listet ProVeg zusätzlich explizit Meeresalgen für eine ausreichende Jodversorgung in seinen Verzehrempfehlungen auf.

  Pro Tag:
  - 1 Teelöffel ▸Nori-Flocken (Jodgehalt < 20 µg/g)

    oder
  - ½ ▸Nori-Blatt oder
  - bis zu 3 g Jodsalz

Für alle übrigen Lebensmittelgruppen decken sich die Verzehrempfehlungen mit denen der Gießener vegetarischen Lebensmittelpyramide.

Aufgabe 1.3:

Wiederholen Sie aus Studienheft EVE02: Wie viel Jod ist in 3 g Jodsalz enthalten?

1.4 Veganer Teller

Im Studienheft ENB07V haben Sie den DGE-Ernährungskreis kennengelernt, der die Lebensmittelauswahl eines Tages für die Mischkost darstellt. Ein ähnliches Konzept verfolgt der „vegane Teller“ der Autorinnen Englert und Siebert (2016) (s. Abb. 1.4).

Die Größe der einzelnen Segmente macht deutlich, welchen Anteil die einzelnen Lebensmittelgruppen an der Kost haben sollen:

- Getreide(produkte) und Kartoffeln, Gemüse und Salat sowie Obst machen den Großteil der Nahrung aus, sie liefern hauptsächlich Kohlenhydrate und Ballaststoffe.
- Hülsenfrüchte sowie Nüsse und Samen sind die wichtigsten Eiweißquellen. Das Segment „Hülsenfrüchte und weitere Eiweißquellen“ umfasst neben den klassischen Hülsenfrüchten wie Erbsen, Bohnen und Linsen vor allem Produkte auf der Basis von Soja (▸Tofu, ▸Tempeh, Sojadrink, ▸Sojaghurt), Süßlupinen und Weizen (▸Seitan).
- Pflanzenöle und -fette sowie Nüsse und Samen sind die maßgeblichen Fettlieferanten.

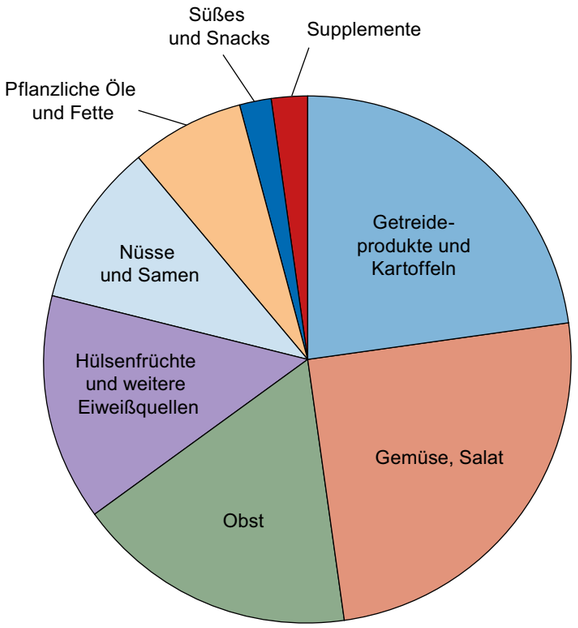

Abb. 1.4: Modell des veganen Tellers

Aufgabe 1.4:

Vergleichen Sie den Aufbau des veganen Tellers mit dem DGE-Ernährungskreis.

1.5 BZfE-Ernährungspyramide

In Studienheft ENB07V haben Sie die BZfE-Ernährungspyramide als leicht verständliches Modell für die praktische Ernährungsberatung kennengelernt. Sie wurde ursprünglich für Mischköstler konzipiert, eignet sich aber auch für die Beratung von Vegetariern und Veganern. Wie das funktioniert, möchten wir Ihnen im Folgenden erklären.

Jeder Baustein der Pyramide steht für 1 Portion, jeder Tag umfasst insgesamt 22 Portionen. Jedes verzehrte Lebensmittel wird einem Symbol zugeordnet. In den meisten Fällen ist die Zuordnung zu den Symbolen eindeutig und klar, z.B. Apfel bei Obst oder Wasser bei Getränken. Es gibt aber auch einige Lebensmittel, die bei mehreren Symbolen eingeordnet werden können. Für Vegetarier und Veganer stellt sich außerdem die Frage, welche Lebensmittel zu den gelben Symbolen Milch und Milchprodukte sowie Fleisch, Wurst, Fisch und Ei gehören. Die nachfolgende Übersicht gibt hierüber Auskunft (s. Tab. 1.2).

Tab. 1.2: Zuordnung einzelner Lebensmittel zu den Lebensmittelgruppen der BZfE-Ernährungspyramide für Vegetarier bzw. Veganer

Lebensmittelgruppe	Was zählt dazu? Bzw. was ersetzt Bestandteile dieser Gruppe?
Getränke	• Leitungswasser, Mineralwasser • ungesüßter Kräuter- oder Früchtetee • ungesüßter Kaffee, schwarzer und grüner Tee • kalorienfreie Light-Getränke • Saftschorle (3 Teile Wasser, 1 Teil Saft) • alkoholfreies Bier, alkoholfreier Wein/Sekt
Gemüse	• gegartes Gemüse, Rohkost, Salat, Pilze • Avocado*, Oliven* • Gemüsesaft, Gemüse-Smoothies • Gemüsekonserven, Sauerkonserven, Essiggurken
Obst	• frisches Obst, Rhabarber • Fruchtsaft*, Obst-Smoothie • ungezuckertes Obstkompott und Apfelmus • Trockenobst, Rosinen, Dörrpflaumen • Nüsse und Samen*

Lebensmittel-gruppe	Was zählt dazu? Bzw. was ersetzt Bestandteile dieser Gruppe?
Brot, Getreide, Kartoffeln	• Brot, Brötchen • Getreideflocken, ungezuckertes Müsli und Frühstückscerealien, Frischkornbrei • Kartoffeln und daraus hergestellte Gerichte • Nudeln, Reis, Hirse, Grünkern, Couscous, Bulgur, Quinoa, Amaranth, Buchweizen
Milch, Milch-produkte	• Milch, Buttermilch, Dickmilch, Joghurt, Quark, Käse • saure Sahne*, Joghurt-Sahne-Dressing* • Soja-, Getreide-, Nussdrinks • ▸Sojaghurt und andere vegane Joghurtalternativen • veganer Quark und vegane Käsealternativen • vegane Sahnealternativen*
Fleisch, Wurst, Fisch, Ei	• Ei • ▸Tofu, ▸Tempeh, ▸Seitan, Fleischalternativen auf Lupinenbasis, ▸Quorn • Hülsenfrüchte
Fette und Öle	• Butter, Margarine • Speiseöle, Bratfette • Avocado*, Oliven* • Nüsse und Samen* • Sahne, saure Sahne*, Schmand, Crème fraîche, Crème double, Mascarpone, Joghurt-Sahne-Dressing* • Mayonnaise, vegane Mayonnaise • vegane Sahnealternativen*

Lebensmittel-gruppe	Was zählt dazu? Bzw. was ersetzt Bestandteile dieser Gruppe?
Extras	• Limonade, Eistee, Cola-Getränke, Fruchtsaftgetränk, Fruchtnektar, Energydrink, Sirup, Fruchtsaft* • alkoholische Getränke • Marmelade, Konfitüre • gezuckertes Obstkompott (auch aufgeschlüsselt möglich in Obst + Extra) • Croissant (auch aufgeschlüsselt möglich in Getreide + Fette und Öle) • gezuckerte Frühstückscerealien (z.B. Smacks, Crunchies, Honig-Pops) • Früchteriegel, Müsliriegel • Kuchen, Torte, Kekse • Kartoffelchips, Salzstangen, Popcorn, gesalzene und geröstete Nüsse und Samen • Eis, Vanillesoße, Pudding (auch aufgeschlüsselt möglich in Milch + Extra)

* mehrfach zugeordnete Lebensmittel
Blau dargestellt sind Lebensmittel, die nur von Vegetariern gegessen werden.

Die Aufstellung macht deutlich, dass die Zuordnung flexibel **nur als Orientierung** zu verstehen ist, denn manche Lebensmittel finden sich in zwei Kategorien. Die Entscheidung über die Zuordnung obliegt Ihnen als Ernährungsfachkraft. Oft hängt sie von der Lebenssituation des Klienten ab, z.B. ob jemand ab- oder zunehmen möchte oder wie streng jemand die Kategorien betrachtet (z.B. Einordnung von Fruchtsaft pur als Obst oder als Extra).

In manchen Lebensmittelgruppen finden Sie **gesunde und weniger gesunde** Lebensmittel nebeneinander, so z.B. bei Obst frisches Obst neben Fruchtsaft, Trockenobst oder ungezuckertem Obstkompott. Hierbei ist zu beachten, dass die ungesünderen Alternativen stets nur in Maßen oder gelegentlich das eigentliche Obst ersetzen sollen. Ähnliches gilt für die Lebensmittelgruppe Gemüse.

Beratungspraxis: Einordnung von Lebensmitteln

Herr M.: Also auf mein abendliches Bier möchte ich eigentlich nicht gänzlich verzichten. Die Portion Extras ist bei mir aber im Allgemeinen schon durch andere kleine Sünden verbraucht. Wie sieht es denn mit Light-Bier aus? Zählt das auch schon zu den Extras?

Berater: Das kommt darauf an, wie streng Sie zu sich selbst sind. Wenn Sie weniger streng sind, dann können Sie es ruhig als 1 Portion Getränk und nicht als 1 Portion Extra abstreichen. Das ist völlig in Ordnung und Sie sollten es ohne schlechtes Gewissen genießen. Zu rigide Ernährungsregeln helfen am Ende niemandem. Wichtig ist stets, dass Sie sich wohlfühlen.

Zusammengesetzte Gerichte und Fertiglebensmittel werden so gut wie möglich in ihre Einzelzutaten zerlegt und dementsprechend auf die jeweiligen Lebensmittelgruppen verteilt. Eine Gemüse-Nudel-Pfanne für eine Person aus 250 g gegarten Makkaroni, 1 EL Olivenöl, 100 g Kirschtomaten, 100 g frischen Champignons, 100 g Spinat und 50 g ▸Tofu entspricht beispielsweise 1 Portion Brot/Getreide, 2 Portionen Gemüse, ½ Portion Fette und Öle und ½ Portion Fleisch, Wurst, Fisch, Ei. Bei Fertiggerichten können Sie sich an der Zutatenliste orientieren.

Aufgabe 1.5:

Ein Frühstück besteht aus 60 g ungesüßten Cornflakes, 15 g Kokosnussraspeln, 125 g Banane, 10 g Agavendicksaft, 100 ml Haferdrink und 200 ml Kaffee. Bitte ordnen Sie die Lebensmittel den Lebensmittelgruppen der BZfE-Ernährungspyramide zu.

Zusammenfassung

Eine ausgewogene Ernährung soll alle lebensnotwendigen Nährstoffe in ausreichender Menge liefern und unerwünschte Inhaltsstoffe minimieren. Der Mensch kauft aber keine Nährstoffe ein, sondern Lebensmittel, die er vielfältig zubereitet. Deshalb ist es für die Beratungspraxis sinnvoll, Zufuhrempfehlungen auf Lebensmittelbasis auszusprechen.

Um Klienten die Prinzipien ausgewogener Ernährung zu veranschaulichen, haben sich grafische Modelle wie die Gießener vegetarische Lebensmittelpyramide und die BZfE-Ernährungspyramide bewährt. Sie helfen bei der Lebensmittelauswahl und machen die Gewichtung einzelner Lebensmittelgruppen auf Anhieb verständlich.

Die **Gießener vegetarische Lebensmittelpyramide** wurde von Claus Leitzmann und Markus Keller auf Basis wissenschaftlicher Erkenntnisse entwickelt. Sie umfasst zehn Lebensmittelgruppen und ordnet sie auf sieben Ebenen an. Die Lebensmittel auf den unteren Ebenen sollen häufig verzehrt werden: Wasser und alkoholfreie sowie energiearme Getränke, Gemüse, Obst, Vollkornprodukte, Kartoffeln machen den größten Teil des veganen/vegetarischen Speiseplans aus. Hülsenfrüchte und weitere Proteinquellen, Nüsse und Samen sowie pflanzliche Fette und Öle finden sich auf den mittleren Ebenen, darüber Milchprodukte und Eier als optionale Lebensmittel. In der Spitze finden sich Snacks, Alkohol und Süßigkeiten für den Genuss in kleinen Mengen.

Die **Verzehrempfehlungen** der Gießener vegetarischen Lebensmittelpyramide entsprechen für die Lebensmittelgruppen Brot und Getreide, Gemüse und Obst, Fette und Öle sowie Getränke weitgehend den DGE-Empfehlungen für eine vollwertige Mischkost. Milch und Milchprodukte, Fleisch, Wurst, Fisch und Ei werden teilweise oder ganz ersetzt durch Hülsenfrüchte, Sojaprodukte wie ▸Tofu und ▸Tempeh sowie weitere Proteinquellen, außerdem durch Nüsse und Samen. Zusätzlich gibt es Empfehlungen für ▸Supplemente bzw. angereicherte Lebensmittel für potenziell kritische Nährstoffe.

ProVeg Deutschland e.V. gibt separate Ernährungspyramiden für Vegetarier und Veganer heraus. Die Verzehrempfehlungen für Veganer weichen bei den Milchalternativen, Hülsenfrüchten und weiteren Eiweißquellen von denen der Gießener vegetarischen Lebensmittelpyramide ab. Zusätzlich werden Meeresalgen empfohlen.

Der **„vegane Teller“** der Autorinnen Heike Englert und Sigrid Siebert veranschaulicht die Lebensmittelauswahl für Veganer in Form eines Kreises. Die Größe der Kreissegmente macht den Stellenwert der jeweiligen Lebensmittelgruppe deutlich.

Auch die **BZfE-Ernährungspyramide** eignet sich für den Einsatz in der Beratungspraxis von Vegetariern und Veganern. Milch und Milchprodukte können ganz oder teilweise ersetzt werden durch vegane Milch-, Joghurt-, Quark-, Käse- und Sahnealternativen, Fleisch, Wurst, Fisch und Ei durch Hülsenfrüchte, Sojaprodukte und andere Proteinquellen.

Wiederholungsaufgaben

1.1 Wozu dienen Ernährungs- bzw. Lebensmittelpyramiden?

1.2 Wie lauten die Verzehrempfehlungen für Vegetarier bei der Gießener vegetarischen Lebensmittelpyramide?

1.3 Wie lauten die Verzehrempfehlungen für Veganer? Fügen Sie die Empfehlungen der Gießener vegetarischen Lebensmittelpyramide und der veganen Ernährungspyramide von ProVeg Deutschland e.V. in einer Liste zusammen. Orientieren Sie sich bei Abweichungen an den Empfehlungen von ProVeg.

1.4 Welcher Lebensmittelgruppe werden die Hülsenfrüchte in der veganen/vegetarischen Ernährung zugeordnet?

1.5 Welche Aussagen zur Gießener vegetarischen Lebensmittelpyramide sind richtig? Bitte kreuzen Sie an.

a) ☐ Die Pyramide gilt nur für Vegetarier, nicht aber für Veganer.

b) ☐ Empfehlenswert sind 5 Portionen Obst und Gemüse pro Tag.

c) ☐ Milch und Milchprodukte sowie Eier sind optional.

d) ☐ Alkoholische Getränke und Süßigkeiten sind nicht vorgesehen.

e) ☐ Nährstoffsupplemente und angereicherte Lebensmittel werden abgelehnt.

1.6 Die BZfE-Ernährungspyramide sieht 1 Portion Fleisch, Wurst, Fisch oder Ei pro Tag vor. Wodurch kann sie bei veganer Ernährung ersetzt werden?

[...]

Die Lösungen zu den Aufgaben haben wir in dieser Leseprobe nicht abgedruckt. Sie finden sie im Anhang des Studienhefts.

Ihr Kurs auf einen Blick

Ernährungsberater/in für vegetarische und vegane Kostformen
Lehrgangs-Nr.: **240**
Aufbaukurs-Nr.: **257**

Staatliche Zentralstelle zugelassen zfu Nr. für Fernunterricht

4 WOCHEN GRATIS TESTEN sgd-GARANTIE

Abschluss:
- **sgd-Abschlusszeugnis „Ernährungsberater/in für vegetarische und vegane Kostformen"** nach erfolgreicher Bearbeitung aller Online-Tests und Einsendeaufgaben.
- **sgd-Zertifikat „Ernährungsberater/in für vegetarische und vegane Kostformen"** nach erfolgreicher Teilnahme an der Online-Veranstaltung und bestandenem Abschlusstest. Beide Dokumente auf Wunsch auch in Englisch.

Voraussetzungen:
Teilnahme:
Gesamtkurs:
Grundkenntnisse und Erfahrung in den Bereichen Ernährung oder Gesundheit sind von Vorteil, aber nicht zwingend notwendig.
Aufbaukurs:
Sie benötigen nachweisbare Kenntnisse im Bereich Ernährungsberatung. Diese können Sie über den sgd-Lehrgang „Ernährungsberater/in" (836) oder anderweitig erworben haben. Erfahrungen im medizinischen oder gesundheitsbezogenen Bereich sind nicht notwendig, aber von Vorteil.
Technik: Zum Aufrufen der Lernvideos und Online-Tests benötigen Sie einen Zugang ins Internet (mit Computer oder Mobilgerät). Wenn Sie an der Online-Veranstaltung teilnehmen möchten, benötigen Sie außerdem ein Headset mit Mikrofon und ggf. eine Webcam.

Studienbeginn:
Jederzeit – an 365 Tagen im Jahr.

Studiendauer:
- 12 Monate (Gesamtkurs) bzw. 6 Monate (Aufbaukurs) bei einer Studienzeit von ca. 8 Std./Woche.
- Sie haben mehr Zeit und möchten Ihren Studiengang zügiger absolvieren? Dann können Sie gerne auch schneller vorgehen, ganz flexibel nach Ihren Wünschen. Fragen Sie bitte unseren Kundenservice. Er berät Sie gern.
- Natürlich können Sie sich auch länger Zeit lassen: bis zu 18 Monate (Gesamtkurs) bzw. 9 Monate (Aufbaukurs)!

Studienmaterial:
Studienmappe inkl. Kurs-Begleitheft, 16 Studienhefte (Gesamtkurs) bzw. 7 Studienhefte (Aufbaukurs), Nachschlagewerk mit Nährwerttabellen, MP3-Audiorepetitorien, Zugang zum sgd-OnlineCampus.

Software:
Sie erhalten für insgesamt 4 Monate (Gesamtkurs) bzw. 3 Monate (Aufbaukurs) einen kostenfreien Zugang zur Ernährungsberater-Software „kcalculator". Danach können Sie Ihren Account gegen einen monatlichen Beitrag weiternutzen.

Online-Veranstaltung:
Die Teilnahme an der Online-Veranstaltung „Beratungstraining" ist nur verpflichtend, wenn Sie das sgd-Zertifikat anstreben. Die Gebühr ist im Lehrgangspreis enthalten.

Studiengebühr:
Siehe beiliegende Preisliste.

Fördermöglichkeiten:
Förderung mit **Bildungsgutschein** nach AZAV für den Gesamtkurs 240 möglich, d.h. in der Regel werden **100 % der Lehrgangskosten von der Agentur für Arbeit/Jobcenter übernommen!** Die sgd-Finanzierungsexperten beraten Sie kostenlos und unverbindlich zu diesem und über 25 weiteren Förderprogrammen: 06151 3842-6.

Jetzt anmelden und 4 Wochen gratis testen!
Einfach beiliegendes Anmeldeformular verwenden.

IHR **sgd**-FERNSTUDIUM

Vorteile, die Sie überzeugen werden

4 WOCHEN GRATIS TESTEN
sgd-GARANTIE

Staatliche Zentralstelle zugelassen zfu Nr. für Fernunterricht

- Fernstudium mit individuellem **Rundum-Service**
- **Mehr als 300 staatlich geprüfte Fernstudiengänge** zur Auswahl
- Start ohne Risiko – der **sgd-Testmonat**
- Staatlich geprüfte **Qualität**
- **sgd-Campus-App** – jederzeit und überall lernen

Sie haben Fragen?

Wir beantworten sie gerne per Telefon, E-Mail oder Chat.

06151 3842-6

Montags bis freitags von 8:00 bis 20:00 Uhr und samstags
von 9:00 bis 17:00 Uhr sind wir persönlich für Sie da.

Beratung@sgd.de

www.sgd.de

fb.com/sgd.Fernstudium

DIE WELT Digital-Champions sgd Nr. 1 · EMPFEHLENSWERT 4,4 · TOP FERNSCHULE Award 2024 FernstudiumCheck.de · eLearning JOURNAL AWARD 2022 · BESTER PREIS GARANTIERT

sgd – ausgezeichnetes Fernstudium mit Bestpreis-Garantie.

Folgen Sie uns auf

sgd DEUTSCHLANDS FÜHRENDE FERNSCHULE

Studiengemeinschaft Darmstadt GmbH
Hilpertstraße 31
64295 Darmstadt

Ein Unternehmen der Klett Gruppe

KLETT

240/257 0524A