

Merkblatt: Ernährungsberatung / die wichtigsten Tipps

Wo finde ich seriöse Ernährungsinformationen im Netz?

Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung arbeitet im Auftrag vom Bundesamt für Gesundheit und ist verantwortlich dafür, der Bevölkerung seriöse wissenschaftlich fundierte Informationen zur Verfügung zu stellen. www.sge-ssn.ch

Wie finde ich eine anerkannte Ernährungsberaterin /Ernährungsberater in meiner Region?

Auf der Homepage des Berufsverbandes diplomierter Ernährungsberater und Ernährungsberaterinnen HF/FH oder in jedem grösseren Spital. www.svde-asdd.ch

Woran erkenne ich, dass die Ernährungsberatung seriös ausgebildet und anerkannt ist?

Fragen Sie nach, ob die Ernährungsberatung über die **Grundversicherung** der Krankenkasse abrechnen kann – die Krankenkassen bezahlen nur anerkannte, professionelle Beratungsinstitute aus der Grundversicherung, und dies auf ärztliche Verordnung.

Was erwartet mich in der Ernährungsberatung?

Zuerst wird die Ernährungssituation erfasst und die Beraterin oder der Berater sucht mit dem Klienten gemeinsam Veränderungsmöglichkeiten. In der Regel werden dann Massnahmen vereinbart und in regelmässigen Gesprächen besprochen, überprüft und angepasst. Schriftliche Unterlagen werden individuell auf Kundenbedürfnisse abgestimmt erstellt und abgegeben.

Muss ich auf alles verzichten, was mir bisher lieb war?

Die professionelle Ernährungsberatung basiert nicht auf Verboten und Einschränkungen, sondern sucht mit ihren Klienten eine langfristige Lösung für das bestehende Ernährungsproblem. Sie beachtet dabei auch das Umfeld und die persönlichen Möglichkeiten des Klienten.

30. August 2012