

# Modulare Ausbildung zur Ernährungsberater/in für medizinische Berufe - Aufbau-Modul Teil 3 von 4

Prophylaxe Beratung

## Und was ist mit den Spurenelementen?

**Was machen die Spurenelemente für uns? Und was ist der Basenhaushalt? Gibt es Basische Lebensmittel? Ist die Übersäuerung ein Mythos und wenn nicht, wie kann ich ihr entgegenwirken?**

In diesem Modul schauen wir uns die Spurenelemente von Calcium bis Zink an und erfahren, wie sie für unsere Gesundheit sorgen. Wir beleuchten bei welchen Krankheiten die Spurenelemente eine Rolle spielen.

Weiter geht's in dem Modul mit dem Basenhaushalt. Wir klären, warum so viele Menschen übersäuert sind. Dazu erfahrt ihr welche Möglichkeiten es gibt der Übersäuerung entgegenzuwirken. Welche Lebensmittel spielen da eine Rolle? Und gibt es Lebensmittel, die wir besser vermeiden?

Abschließend machen wir einen kleinen Ausflug zum Thema Sport und Sportlerernährung.

### KURS INFOS:

**Termin:** 13/03/2026 13:00-20:00 Uhr / 28/05/2027 13:00-20:00 Uhr | **Ort:** Live: Bördestr.47/ | 27711 Osterholz-Scharmbeck | **Gebühr:** € 319,- | **Punkte:** 8



Zum Kurs

<https://tri-med.de/modulare-ausbildung-zur-ernaehrungsberater-in-fuer-medizinische-berufe-aufbau-modul-teil-3-von-4/>