

## Erfahrungsbericht zur Ausbildung zum Ernährungsberater bei Petra Birr



Im November 2015 hörte ich erstmals von der Akademie für Ernährung von Petra Birr. Mir erzählte eine ehemalige Absolventin der Akademie bei einem gemeinsamen Rohkostseminar von ihrer Ausbildung zur Ernährungsberaterin bei Petra Birr. Ihre Schilderung war durchweg positiv. Am meisten sprach mich die langjährige Erfahrung von Petra Birr in einem Rohkostkurzentrum an. Mir wurde klar, dass im deutschsprachigen Raum kaum jemand mehr Erfahrung mit der Wirkung von Rohkost hat als Petra. Ich ging sofort auf ihre Internetseite und meldete mich für das nächste Seminar an. Schon seit geraumer Zeit hatte ich mich entschieden, eine Zusatzausbildung als Ernährungsberaterin zu absolvieren.

Ich bin von Beruf selbstständige Kosmetikerin und lebe mit meinem Mann und meinen beiden Söhnen in Stuttgart.

Da Petra verschiedene Ausbildungsmodelle anbietet (Wochenend- und Wochenkurse), habe

ich mich für das passende Modell entschieden, den Wochenkurs.

Drei Dinge mussten zusammenpassen: die Entfernung von Stuttgart nach Berlin, mein Terminkalender und das für mich passende Ausbildungsangebot.

Also habe ich sofort die Ausbildungstermine in meinen Terminkalender integriert, Kundentermine umgelegt und Flüge nach Berlin für alle fünf Ausbildungsblöcke gebucht. Je früher man bucht, desto günstiger sind die Flüge - ist ja den meisten bekannt.

Es gibt günstige Übernachtungsmöglichkeiten in der Nähe des Seminarortes, aber ich wollte gerne in Berlin Mitte wohnen und habe mir über Bookingsites Schnäppchen herausgepickt (bin ja schließlich Schwäbin ☺). Habe so nebenbei Berliner Luft geatmet und das war so gut!

Berlin's Größe und Weite verhilft zu Größe und Weite im Denken.

Die Ausbildung ist gut aufgebaut und man taucht nach und nach in den tieferen Sinn und Hintergrund für die artgerechte Ernährung des Menschen ein.

Man kann dann begreifen, warum was Sinn macht. Petra hat alles anschaulich, einleuchtend, lustig und praxisnah erklärt. Alles wurde mit viel Freude und Spaß vermittelt. Kein Schimmer von Verbissenheit und tierischem Ernst. Das Seminar ist geschickt aufgebaut. Es variiert von Block zu Block. Ein Beispiel: Morgens Theorie, dann Frühstück, dann wieder Theorie. In den ersten zwei Blöcken schauten wir Petra mittags dabei zu, wie sie für uns Rohkostgerichte zubereitet hat. In den anderen drei Blöcken bereiteten wir abwechselnd selbst das Mittagessen zu. So bekommt man auch enorm viel Inspiration für die Rohkostküche zu Hause. Nach dem gemeinsamen Mittagessen geht es dann weiter mit Theorie oder auch mit Praxis.

## Erfahrungsbericht zur Ausbildung zum Ernährungsberater bei Petra Birr



Richtig Spaß macht, dass man sich mit Gleichgesinnten austauschen kann, die alle aus ihrer individuellen Erfahrungsecke plaudern.

Es wird ein so großes Spektrum an Wissen vermittelt, angefangen vom grundsätzlichen Wissen, also wieso ernähren wir uns so wie wir uns ernähren? Wie hat sich die Ernährung des Menschen überhaupt entwickelt? Wie gehe ich im Praxisalltag mit Fragen von Klienten zur richtigen, individuellen, situationsbedingten Ernährung um?

Am meisten hat mich überrascht, dass sich durch den chronologischen Aufbau des Unterrichts, einem am Ende der Stoff logisch erschließt. So muss man weder ganze Tage

damit verbringen für die Prüfung zu büffeln, noch muss man sich vor der Prüfung ängstigen.

Ich habe wirklich eine ausgefüllte Arbeitswoche und keine ausgedehnten Lernwochenenden zur Verfügung, aber trotzdem war die Prüfung gut zu meistern.

Durch diese Ausbildung kann ich nun in meinem Berufsalltag klar und sicher auf Fragen meiner Kunden antworten, Rückschlüsse auf angetragene Fragen ziehen und mit der Bereitschaft meiner Kunden/Klienten deren Haut- und Gesundheitsprobleme lösen.

Ich kann jedem nur empfehlen, der gerne in diese Richtung ganzheitlicher Lebens- und Gesundheitsverbesserung arbeitet oder arbeiten möchte, sich an der Akademie für Ernährung von Petra weiter zu bilden.

Hier erhält man ein hervorragendes, grundlegendes Fundament zum Thema Gesundheit durch Ernährungsoptimierung in Theorie und Praxis.

Petra Rebhorn