

Prävensanologe/-in



Berufsbeschreibung

Prävensanologie ist die Lehre der vorbeugenden Massnahmen, um Gesundheit zu erhalten. Prävensanologe und Prävensanologin beraten und behandeln gesunde Menschen sowie Menschen mit leichten gesundheitlichen Störungen, wie zum Beispiel Rückenschmerzen, Kopfweg, Menstruationsstörungen oder Verstopfung Sie arbeiten in Fitnesszentren, Wellnesshotels, Ferienresorts sowie anderen Gesundheitsinstitutionen. Manche sind auch als Gesundheitsbeauftragte in der betrieblichen Gesundheitsförderung tätig, halten Gesundheitsvorträge und setzen Gesundheitskonzepte um.

Prävensanologen und Prävensanologinnen verfügen über fundiertes Fachwissen im Bereich Medizin, Ernährung, Trainingslehre, Entspannung, Massage, biologische Heilmittel, Mentaltraining sowie Prävention und sind ausgewiesene Experten bzw. Expertinnen im Bereich Gesundheitsprävention. Sie stellen Krafttrainings-, Ausdauertrainings- und Stretching- und Ernährungsprogramme zusammen und instruieren diese kompetent. Damit ihre Klientinnen und Klienten sich gut erholen, wenden sie erfolgreich Entspannungstechniken, Ganzkörper-, Rücken- und Fussreflexzonenmassage an.

Anforderung

Mindestens 18 Jahre alt. Eine Erstausbildung ist nicht zwingend nötig.

Gute körperliche und geistige Gesundheit, Interesse an Gesundheitsförderung und an der Arbeit mit Menschen, gute schriftliche und mündliche Deutschkenntnisse.

Ausbildung

Ca. 2 Jahre berufsbegleitende Weiterbildung.

Schwerpunkte: medizinisches Fachwissen, Anatomie, Physiologie, Biomechanik, Pathologie, Sportverletzungen, medizinische Terminologie, Erste Hilfe, Hygiene, Krafttraining, Trainingslehre, Ernährung, Sporternährung, Entspannung/Autogenes Training, Massage (Ganzkörper-, Rücken-, Nacken-, Fussreflexzonen- und Handreflexzonenmassage), Wickel/Fango, Blütenessenzen, Heilmittel/Pflanzenheilkunde, Homöopathie/Hausapotheke, Mentaltraining, Nordic Walking, Verkauf/Betreuung/Produkte, Geschäftskunde, Gesprächsführung/Psychologie, Präsentation/Vortragstechnik, Prävention/Gesundheitsförderung, MFT Basis-Koordinationstraining, Rückenfit Schweiz, Hygiene sowie Supervision der praktischen Tätigkeit.

Abschluss: Prävensanologe/-anologin (Diplom des Anbieters).

Entwicklungsmöglichkeiten

Modularer Erwerb von weiterem Fachwissen (z. B. über spezielles Rückentraining).

Spezialist/in Bewegungs- und Gesundheitsförderung oder Medizinische/r Masseur/in mit eidg. Fachausweis.