

# Ihre Schule für medizinische Aus- und Weiterbildung

Als Fachschule für Gesundheitsberufe bietet die Prävensana an drei Standorten in der Deutschschweiz ein innovatives Bildungsportfolio mit aktuellen, praxisorientierten Lehrgängen. Unser Ziel: Kompetente Fachpersonen auszubilden, die sich im vielfältigen medizinischen Berufsumfeld erfolgreich behaupten.

Interessieren Sie sich für die Gesundheitsförderung und arbeiten Sie gerne mit Menschen? An der Prävensana können Sie sich effizient zur qualifizierten Fachperson mit Diplomabschluss ausbilden. Unsere Lehrgänge sind fundiert und garantieren Praxis und Theorie, auf die aktuelle Marktanforderungen ausgerichtet sind.

Ob in Fitness und Bewegung, Ernährung, medizinischer Massage, als auch im psychosozialen Bereich oder in der Naturheilkunde: Praxiserfahrene Dozierende stellen sicher, dass Ihnen Ihre Prävensana Ausbildung im Berufsalltag einen direkten Nutzen bringt. Dazu gehört auch, dass Sie nach unseren Diplomlehrgängen eine Krankenkassenanerkennung beantragen oder einen eidgenössischen Abschluss machen können.

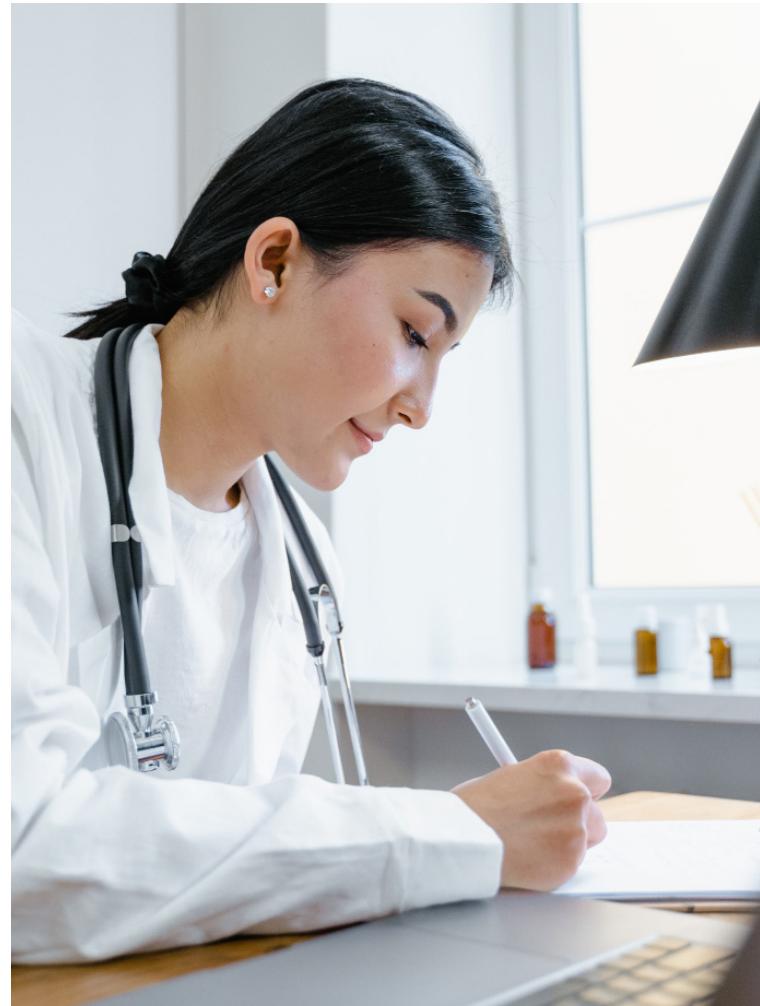
## Wofür wir stehen

- Wir fördern die Gleichstellung von Schul-, Natur- und Präventivmedizin
- Wir bieten professionelle Aus- und Weiterbildungen für eine berufliche Zukunft in der Gesundheitsbranche
- Wir unterstützen die schweizweite Platzierung von kompetenten Fachpersonen in gesundheitsfördernden Berufen
- Damit nehmen wir Einfluss auf die Volksgesundheit der Schweiz und unterstützen deren Verbesserung

## Unsere Standorte

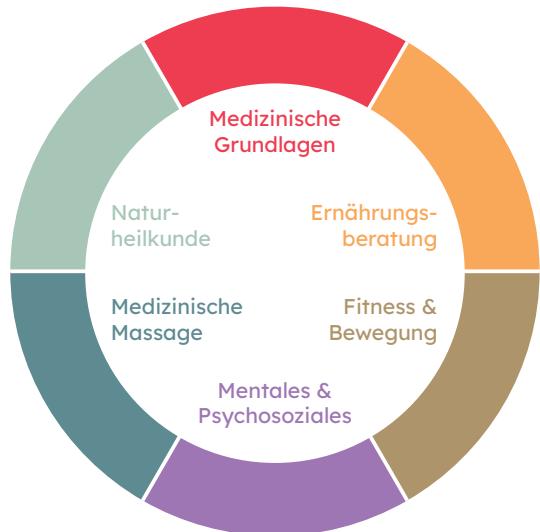
Unsere drei Standorte sind: Rapperswil, Zürich und Bern. Für Sie sind wir in der ganzen Deutschschweiz erreichbar.

Mehr erfahren? Die Bildungsberater:innen der Prävensana beraten Sie gerne in einem persönlichen Gespräch – kostenlos und unverbindlich.



## Die 6 Fachbereiche

Als Fachschule für Gesundheitsberufe bieten wir vielfältige Lehrgänge in wichtigen Bereichen der medizinischen Aus- und Weiterbildung an. Alle Bildungsgänge erfüllen die Anforderungen an modere Erwachsenenbildung und fördern Fach- und Handlungskompetenzen sowie soziale und persönliche Kompetenzen gleichermaßen. Die Lerninhalte werden laufend aktualisiert und konsequent auf die Problemstellungen und Bedürfnisse der Teilnehmerinnen und Arbeitgeber ausgerichtet.



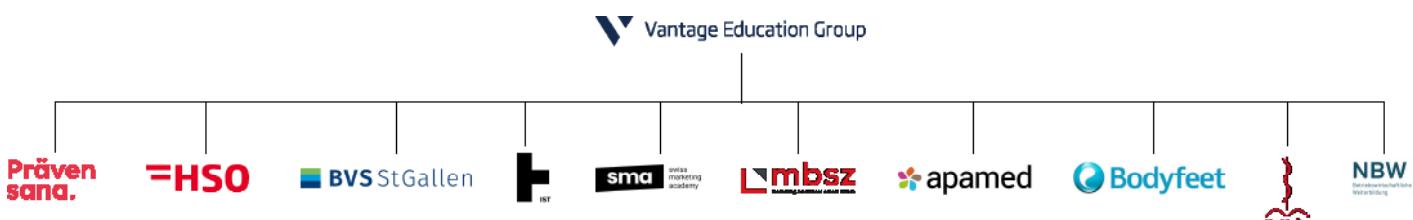
## Die Verknüpfung der Prävensana Lehrgänge

Unsere Lehrgänge bauen auf die Verknüpfung von «Medizinische Grundlagen» und «Fachausbildung». So stellen wir sicher, dass Sie nach Ihrer Ausbildung beste Erfolgssaussichten haben – auf dem Arbeitsmarkt ebenso wie in der Selbstständigkeit.

Medizinische Grundlagen	Fachausbildung
Anatomie	Ernährungsberatung
Physiologie	Fitness & Bewegung
Pathologie	Mentales & Psychosoziales
Psychologie	Medizinische Massage
	Naturheilkunde

## Gemeinsam für Bildungsvielfalt

Die Prävensana gehört mit weiteren führenden Bildungsinstitutionen zur Vantage Education Gruppe. Wir nutzen das entstehende Synergiepotenzial und engagieren uns gemeinsam für die Qualität und Vielfalt der Aus- und Weiterbildungsangebote im Schweizer Bildungsmarkt.



# Präven sana.

Die Schweizer Fachschule für Gesundheitsberufe

Unser Bildungsangebot

anerkannt durch:



## Basis-Lehrgänge

<b>Medizinische Grundlagen</b>	<b>Medizinische Grundlagen KT MG 2 mit Zertifikatsabschluss<sup>1</sup> ca. 4 Monate oder 7 Monate</b>  150 Std. Medizinische Grundlagen mit Zertifikatsabschluss <sup>1</sup> ca. 4 Monate oder 7 Monate  120 Lernstunden	<b>Medizinische Grundlagen KT MG 2 mit Zertifikatsabschluss<sup>1</sup> ca. 6 Monate</b>  176 Lernstunden	<b>350 Std. Medizinische Grundlagen mit Zertifikatsabschluss<sup>1</sup> ca. 8 Monate</b>  350 Std. Medizinische Grundlagen mit Zertifikatsabschluss <sup>1</sup> ca. 8 Monate  224 Lernstunden	<b>600 Std. Medizinische Grundlagen mit Zertifikatsabschluss<sup>1</sup> ca. 1 Jahr und 8 Monate</b>  600 Std. Medizinische Grundlagen mit Zertifikatsabschluss <sup>1</sup> ca. 1 Jahr und 8 Monate  528 Lernstunden
<b>Fachbereich Ernährungsberatung</b>	<b>Zert. Ernährungsberater:in ca. 3 Monate oder 5 Monate</b>  Zert. Ernährungsberater:in ca. 3 Monate oder 5 Monate  136 Lernstunden	<b>Fachbereich Fitness &amp; Bewegung</b>	<b>Dipl. Fitnessinstruktor:in<sup>2</sup> ca. 7 Monate</b>  Dipl. Fitnessinstruktor:in <sup>2</sup> ca. 7 Monate  192 Lernstunden	<b>Fachbereich Mentales &amp; Psychosoziales</b>
<b>Spezialisierungs-Lehrgänge</b>	<b>Dipl. Ernährungscoach<sup>1</sup> ca. 6 Monate oder 10 Monate</b>  Dipl. Ernährungscoach <sup>1</sup> ca. 6 Monate oder 10 Monate  272 Lernstunden	<b>Dipl. Personaltrainer:in<sup>2</sup> ca. 10 Monate</b>  Dipl. Personaltrainer:in <sup>2</sup> ca. 10 Monate  264 Lernstunden	<b>Zert. Mentaltrainer:in ca. 1 Jahr</b>  Zert. Mentaltrainer:in ca. 1 Jahr  144 Lernstunden	<b>Fachbereich Medizinische Massage</b>
	<b>Dipl. Ernährungsspezialist:in<sup>1</sup> ca. 8 Monate</b>  Dipl. Ernährungsspezialist:in <sup>1</sup> ca. 8 Monate  440 Lernstunden		<b>Dipl. Mentalcoach (inkl. Mentaltrainer:in) ca. 1 Jahr und 8 Monate</b>  Dipl. Mentalcoach (inkl. Mentaltrainer:in) ca. 1 Jahr und 8 Monate  216 Lernstunden	<b>Dipl. Berufsmasseur:in<sup>1</sup> ca. 6 Monate oder 11 Monate</b>  Dipl. Berufsmasseur:in <sup>1</sup> ca. 6 Monate oder 11 Monate  264 Lernstunden
<b>Eidgenössische Abschlüsse</b>			<b>Dipl. Psychosoziale:r Berater:in mit Vorbereitung zur höheren Fachprüfung ca. 3 Jahre</b>  Dipl. Psychosoziale:r Berater:in mit Vorbereitung zur höheren Fachprüfung ca. 3 Jahre  440 Lernstunden	<b>Dipl. Fussreflexzonen-Therapeut:in<sup>1</sup> ca. 8 oder ca. 1 Jahr und 5 Monate</b>  Dipl. Fussreflexzonen-Therapeut:in <sup>1</sup> ca. 8 oder ca. 1 Jahr und 5 Monate  208 Lernstunden
				<b>Dipl. Lymphdrainage-Therapeut:in<sup>1</sup> ca. 1 Jahr oder ca. 1 Jahr und 8 Monate</b>  Dipl. Lymphdrainage-Therapeut:in <sup>1</sup> ca. 1 Jahr oder ca. 1 Jahr und 8 Monate  216 Lernstunden
				<b>Dipl. Therapeutische:r Masseur:in<sup>1</sup> ca. 1 Jahr oder 1 Jahr und 7 Monate</b>  Dipl. Therapeutische:r Masseur:in <sup>1</sup> ca. 1 Jahr oder 1 Jahr und 7 Monate  520 Lernstunden
				<b>Dipl. Medizinische:r Masseur:in mit Vorbereitung zur eidg. Berufsprüfung<sup>1</sup> ca. 2 Jahre und 6 Monate exkl. Vollzeitpraktikum</b>  Dipl. Medizinische:r Masseur:in mit Vorbereitung zur eidg. Berufsprüfung <sup>1</sup> ca. 2 Jahre und 6 Monate exkl. Vollzeitpraktikum  1'408 Lernstunden
				<b>Dipl. Naturheilpraktiker:in mit Vorbereitung zur höheren Fachprüfung ca. 3. Jahre und 4 Monate<sup>1</sup></b>  Dipl. Naturheilpraktiker:in mit Vorbereitung zur höheren Fachprüfung ca. 3. Jahre und 4 Monate <sup>1</sup>  1'920 Lernstunden

# Bundesbeiträge für vorbereitende Kurse zu den Eidgenössischen Prüfungen

Der Bund unterstützt die Absolvierenden von vorbereitenden Kursen für die eidgenössischen Berufsprüfungen (Eidg. Fachausweis) und höheren Fachprüfungen (Eidg. Fachdiplom). Alle berechtigten Ausbildungen können unter [www.bvz.admin.ch](http://www.bvz.admin.ch) eingesehen werden.

## Für unsere Studierenden

Für Sie als unsere Studierenden bedeutet dies, dass die folgenden Weiterbildungen bei der Prävensana vom Bund, nach Absolvierung der eidgenössischen oder der höheren Fachprüfung, finanziell unterstützt werden:

- Dipl. medizinische:r Masseur:in (Eidg. Fachausweis)
- Dipl. Naturheilpraktiker:in (Eidg. Fachdiplom)
- Dipl. psychosoziale:r Berater:in (Eidg. Fachdiplom)

## Voraussetzungen für die Bundesbeiträge

- Einreichung des Beitragsgesuches erfolgt direkt durch Sie
- Wohnsitz des Studierenden, zum Zeitpunkt der Eröffnung der Prüfung, muss in der Schweiz sein
- Keine bereits erhaltenen Kantonssubventionen
- Hat die IV Ihre Ausbildung bezahlt, so sind Sie nicht Bundesbeitragsberechtigt
- Die gesamten Ausbildungsgebühren des Vorbereitungskurses müssen bezahlt sein
- Die Rechnung des Vorbereitungskurses inkl. Zahlungsbestätigung müssen eingereicht werden
- Ihre Ausbildung begann ab dem 1.1.2017
- Das Beitragsgesuch muss nach Absolvierung der eidgenössischen Prüfung gestellt werden
- Die Einreichung des Beitragsgesuches darf nur über das elektronische Portal des SBFI vorgenommen werden
- Vorfinanzierung der Bundesbeiträge unter bestimmten Voraussetzungen möglich

## Ausbezahlte Bundesbeiträge

Der Beitragssatz beträgt 50% einer Obergrenze des bezahlten Kursgeldes. Bei den Berufsprüfungen beträgt diese Fr. 19'000.- und bei den Höheren Fachprüfungen Fr. 21'000.- Sollten Sie Ihre Ausbildung in Teilschritten absolvieren, so sind nur die Aufschulungskosten bundesbeitragsberechtigt.

Die folgenden Beträge werden vom Bund auf die Schulgebühren der Ausbildungen (an allen vier Standorten der Prävensana) vergütet:

- Dipl. medizinische:r Masseur:in Fr. 9'500.-
- Dipl. Naturheilpraktiker:in Fr. 10'500.-
- Dipl. psychosoziale:r Berater:in Fr. 8'349.-

# Zert. Mentaltrainer:in

Menschen wollen sich, ihr situatives Verhalten oder ihr Leben verändern, wissen jedoch nicht, wie ihnen die Änderung gelingen kann. Oftmals wissen Menschen, was sie wollen oder zumindest was sie Nicht wollen. Doch es fehlt ihnen an einer Idee, WIE sie zu ihrem Ziel gelangen können.

Als zert. Mentaltrainer:in haben Sie erkannt, dass Mentaltraining ermöglicht, Visionen präziser umzusetzen und Ziele schneller sowie einfacher zu erreichen. Mit den gelernten Techniken kann hier unterstützt werden. Die Tools können bei sich selbst eingesetzt oder in den angestammten Beruf eingebunden werden.

## Ausbildung

Neben der Wichtigkeit der Sprache und den gewählten Wörtern werden Techniken zur Zielfindung, zum Zeitmanagement, zur Abgrenzung, zur Entspannung sowie zur Aktivierung vermittelt.

Die Mentaltechniken beruhen auf wissenschaftlich fundierten Erkenntnissen. Der Unterricht beinhaltet viele Live-Demonstrationen und Übungsmöglichkeiten, um die erlernten Techniken sofort anzuwenden und erste Erfahrungen mit der Kundenarbeit zu sammeln.

Das Erlernte können Sie in Ihrem Fachgebiet in allen Gesundheitsinstitutionen einsetzen und Ihre Qualifikation mit diesem Wissen vervollständigen.

## Anschluss- und Weiterbildungsmöglichkeiten

- Mentalcoach
- Psychosoziale:r Berater:in

## Ausbildung im Überblick

### Fachbereich

Mentales & Psychosoziales

### Typ

Zertifikatsausbildung

### Ausbildungsdauer

144 Lernstunden, ca. 1 Jahr

### Zeiten

8:30–12:00 / 13:00–16:30 Uhr

### Diplomarbeit

Nein

### Abschluss

Zert. Mentaltrainer:in

### Kosten

Monatliche Investition in Ihre berufliche Zukunft  
396 CHF (exklusiv Gebühren und Examenskosten)

### Detailinfos



# Dipl. Mentalcoach (inkl. Mentaltrainer:in)

Sie haben erkannt, dass eine Verhaltensänderung ihre Zeit braucht und mit Unterstützung von Ressourcen sowie gezielten Techniken hervorgerufen werden kann. Sie setzen das Erlernte aus dem Lehrgang zert. Mentaltrainer:in und den neuen Techniken in einem individuellen Coaching für die Kundschaft um.

Sie haben erkannt, dass Ihnen das Mentaltraining ermöglicht, Visionen präziser umzusetzen und Ziele schneller sowie einfacher zu erreichen. Neben Top-Manager:innen oder Spitzensportler:innen setzen Menschen wie Sie und ich immer öfter Mentaltechniken ein, um erfolgreicher Herausforderungen zu meistern. Denn es heisst: «Der Erfolg beginnt im Kopf!».

## Ausbildung

Als Mentalcoach definieren Sie im Lehrgang eine Zielgruppe, rekrutieren zwei Kund:innen und arbeiten somit bereits während der Ausbildung mit Kundschaft. Dabei werden Sie durch die Dozierenden unterstützt und supervidiert. Nach Beendigung des Diplomlehrgangs verfügen Sie über theoretische und praktische Erfahrung mit Neukund:innen und können so auf Bestehendes nahtlos aufbauen und als selbstständiger Mentalcoach arbeiten.

## Anschluss- und Weiterbildungsmöglichkeiten

- Psychosoziale:r Berater:in

## Ausbildung im Überblick

### Fachbereich

Mentales & Psychosoziales

### Typ

Diplomausbildung

### Ausbildungsdauer

216 Lernstunden, ca. 1 Jahr und 8 Monate

### Zeiten

8:30–12:00 / 13:00–16:30 Uhr

### Diplomarbeit

Ja

### Abschluss

Dipl. Mentalcoach

### Kosten

Monatliche Investition in Ihre berufliche Zukunft  
356.40 CHF (exklusiv Gebühren und Examenskosten)

### Detailinfos



# Dipl. Psychosoziale:r Berater:in

Arbeiten Sie gerne mit Menschen zusammen? Interessieren Sie sich für Psychologie und möchten Sie in Krisensituationen Unterstützung anbieten? Dann ist die Ausbildung als dipl. Psychosoziale:r Berater:in genau das Richtige für Sie.

Als Berater:in im psychosozialen Bereich arbeiten Sie vorwiegend mit psychisch gesunden Menschen, die sich in belastenden Lebenssituationen oder Krisen befinden. Als Fachperson helfen Sie diesen Menschen mit zielorientierten und beratenden Gesprächen ein spezifisches Problem oder einen Konflikt zu lösen. Dieser Diplomlehrgang kann berufsbegleitend absolviert werden.

## Ausbildung

Mit dieser Ausbildung erwerben Sie das nötige Wissen, um Klient:innen in Alltagsbelastungen und soziale Fragestellungen zu beraten. Ein:e Klient:in mit pathologischen Auffälligkeiten dürfen Sie nicht behandeln. Bei Erfüllung der Voraussetzungen können Sie nach der Ausbildung die Höhere Fachprüfung für Berater:innen im psychosozialen Bereich absolvieren und den Titel «Berater:in im psychosozialen Bereich» mit eidg. Diplom erwerben.

## Anschluss- und Weiterbildungsmöglichkeiten

- Ernährungsspezialist:in
- Naturheilpraktiker:in

## Ausbildung im Überblick

### Fachbereich

Mentales & Psychosoziales

### Typ

Diplomausbildung

### Ausbildungsdauer

440 Lernstunden, ca. 3 Jahre

### Zeiten

8:30–12:00 / 13:00–16:30 Uhr

### Diplomarbeit

Ja

### Abschluss

Dipl. Psychosoziale:r Berater:in

### Kosten

Monatliche Investition in Ihre berufliche Zukunft  
425.35 CHF (exklusiv Gebühren und Examenskosten)  
Bundesbeiträge auf eidg. Abschlüsse

### Detailinfos



# Zert. Ernährungsberater:in

Sie interessieren sich für Ernährung und arbeiten gerne mit Menschen? Dann ist unsere Ausbildung zur zertifizierten Ernährungsberaterin bzw. zum zertifizierten Ernährungsberater genau das Richtige für Sie. Diese Grundausbildung vermittelt Ihnen das nötige Wissen, um Menschen gesundheitsfördernd im Bereich Ernährung zu betreuen. Die Klassen sind für Quereinsteiger:innen und Berufserfahrene aller Altersgruppen geeignet und werden von Dozierenden geleitet, die Sie auf den direkten Berufseinstieg praxisnah vorbereiten.

## Ausbildung

Unsere Ausbildung ist auf zwei Säulen aufgebaut: medizinischen Grundlagen und die Grundlagen der Ernährung. Wir lassen uns stets vom humanistischen und holistischen Menschenbild leiten und fördern Ihre fachlichen ebenso wie Ihre persönlichen Kompetenzen. Ziel ist ein erfolgreicher Einstieg im Bereich Ernährung. Das heißt: Sie können die Kenntnisse der Ernährungslehre selbstständig und kompetent in Ihren und den Alltag der Kunden einbringen.

## Anschluss- und Weiterbildungsmöglichkeiten

- Ernährungscoach
- Ernährungsspezialist:in
- Mentaltrainer:in
- Psychosoziale:r Berater:in

## Ausbildung im Überblick

### Fachbereich

Ernährungsberatung

### Typ

Zertifikatsausbildung

### Ausbildungsdauer

136 Lernstunden, ca. 3 Monaten oder ca. 5 Monaten

### Zeiten

8:30–12:00 / 13:00–16:30 Uhr

### Diplomarbeit

Nein

### Abschluss

Zert. Ernährungsberater:in

### Kosten

Monatliche Investition in Ihre berufliche Zukunft:

1'314 CHF

(exklusiv Gebühren und Examenskosten)

### Detailinfos



# Dipl. Ernährungscoach

Interessieren Sie sich für die Ernährung und arbeiten Sie gerne mit Menschen zusammen? Möchten Sie mehr als die Basics lernen und als zukünftige Ernährungsfachperson Menschen begleiten?

Dann ist unsere Ausbildung zum dipl. Ernährungscoach genau das Richtige für Sie. Wir bilden Sie aus, sodass Sie Menschen gesundheitsfördernd beraten können. Und vermitteln Ihnen das Fachwissen und die praktischen Fähigkeiten, mit denen Sie Menschen kompetent in Ernährungsfragen unterstützen und begleiten, sodass sie ihre Essgewohnheiten nachhaltig verbessern und ihre Gesundheit fördern können.

## Ausbildung

Unsere Ausbildung ist auf zwei Säulen aufgebaut: Medizinischen Grundlagen und Ernährung. Sie verfügen über ein vertieftes und erweitertes Fachwissen wie z.B Nachhaltigkeit oder Sporternährung. Sie erfahren, wie eine Ernährungsberatung durchgeführt wird und haben die Möglichkeit im Unterricht dies zu üben. Sie erhalten das notwendige Rüstzeug für die Selbstständigkeit. Unsere Ausbildung entspricht den Voraussetzungen für die EMR-Registrierung.

## Anschluss- und Weiterbildungsmöglichkeiten

- Ernährungsspezialist:in
- Medizinische:r Masseur:in
- Naturheilpraktiker:in
- Psychosoziale:r Berater:in

## Ausbildung im Überblick

### Fachbereich

Ernährungsberatung

### Typ

Diplomausbildung

### Ausbildungsdauer

272 Lernstunden, ca. 6 Monate oder ca. 10 Monate

### Zeiten

8:30–12:00 / 13:00–16:30 Uhr

### Diplomarbeit

Ja

### Abschluss

Dipl. Ernährungscoach

### Kosten

Monatliche Investition in Ihre berufliche Zukunft  
1'314.70 CHF (exklusiv Gebühren und Examenskosten)

### Detailinfos



# Dipl. Ernährungsspezialist:in

Interessieren Sie sich für die Ernährung und arbeiten Sie gerne mit Menschen zusammen? Möchten Sie mehr über die Prävention ernährungsbedingter Erkrankungen und über die Ernährungspsychologie erfahren?

Als zukünftige:r diplomierte:r Ernährungsspezialist:in sind Sie bestens qualifiziert, Menschen gesundheitsfördernd zu begleiten und ernährungspsychologisch zu beraten. Unsere Klassen sind für Quereinsteiger:innen und Berufserfahrene aller Altersgruppen geeignet und werden von Dozierenden geleitet, die Sie auf einen direkten Berufseinstieg praxisnah vorbereiten.

## Ausbildung

Unsere Ausbildung ist auf zwei Säulen aufgebaut: medizinischen Grundlagen und Ernährung. Unter Einbezug wissenschaftlicher Grundlagen und der Gesundheitspsychologie wird das Essverhalten analysiert und die Beratung situationsgerecht und individuell auf die Klientinnen und Klienten abgestimmt. Ihre erlernten Ressourcen gewährleisten eine ganzheitliche Beratungskompetenz. Möchten Sie sich selbstständig machen? Unsere Ausbildung ist auf die EMR-Richtlinien ausgerichtet, die Ihnen eine Krankenkassenzulassung (Zusatzversicherung) bei angeschlossenen Krankenkassen ermöglicht.

## Anschluss- und Weiterbildungsmöglichkeiten

- Medizinische:r Masseur:in
- Naturheilpraktiker:in
- Psychosoziale:r Berater:in

## Ausbildung im Überblick

### Fachbereich

Ernährungsberatung

### Typ

Diplomausbildung

### Ausbildungsdauer

440 Lernstunden, ca. 8 Monate

### Zeiten

8:30–12:00 / 13:00–16:30 Uhr

### Diplomarbeit

Ja

### Abschluss

Dipl. Ernährungsspezialist:in

### Kosten

Monatliche Investition in Ihre berufliche Zukunft  
1'595 CHF (exklusiv Gebühren und Examenskosten)

### Detailinfos



# Dipl. Berufsmasseur:in

Sie arbeiten gerne mit Menschen und interessieren sich für den Bereich der klassischen Massage?

Diese Ausbildung zum/zur dipl. Berufsmasseur:in vermittelt Ihnen fundiertes Wissen und praktische Techniken, um Klient:innen gezielt und wirksam zu begleiten. Mit dieser Ausbildung stehen Ihnen zahlreiche berufliche Möglichkeiten offen, ob in Gesundheits- und Wellness-einrichtungen oder in der eigenen Praxis.

## Ausbildung

Unsere Ausbildung steht allen offen, auch ohne Erstausbildung. Sie umfasst medizinische Grundlagen, die Fachausbildung klassische Massage und erfüllt nach EMR-Richtlinien alle Voraussetzungen für die Krankenkassenanerkennung (EMR-Methodenliste). Nach Abschluss können Sie Ihre Leistungen über angeschlossene Krankenkassen abrechnen, ein wichtiger Schritt zu einer erfolgreichen Selbstständigkeit.

## Anschluss- und Weiterbildungsmöglichkeiten

- Fussreflexzonen-Therapeut:in
- Lymphdrainage-Therapeut:in
- Therapeutische:r Masseur:in
- Medizinische:r Masseur:in

## Ausbildung im Überblick

### Fachbereich

Medizinische Massage

### Typ

Diplomausbildung

### Ausbildungsdauer

264 Lernstunden, ca. 6 Monate oder ca. 11 Monate

### Zeiten

8:30–12:00 / 13:00–16:30 Uhr

### Diplomarbeit

Ja

### Abschluss

Dipl. Berufsmasseur:in

### Kosten

Monatliche Investition in Ihre berufliche Zukunft:

1`188 CHF

(exklusiv Gebühren und Examenskosten)

### Detailinfos



# Dipl. Therapeutische:r Masseur:in

Sie arbeiten gerne mit Menschen und interessieren sich für die Bereiche klassische Massage, Fussreflexzonen-Therapie und manuelle Lymphdrainage?

Dann ist die Ausbildung zur/zum dipl. Therapeutischen Masseur:in genau das Richtige für Sie. Diese Ausbildung vermittelt Ihnen fundiertes Fachwissen und praktische Techniken, um Klient:innen gezielt und wirksam zu begleiten. Damit eröffnen sich Ihnen zahlreiche berufliche Möglichkeiten, sei es in Gesundheits- und Wellnesseinrichtungen oder in der eigenen Praxis.

## Ausbildung

Unsere Ausbildung steht allen offen, auch ohne Erstausbildung. Sie umfasst medizinische Grundlagen, die drei Fachausbildungen und erfüllt nach EMR-Richtlinien alle Voraussetzungen für die Krankenkassenanerkennung (EMR-Methode 33/Methodenliste). Nach Abschluss können Sie Ihre Leistungen über angeschlossene Krankenkassen abrechnen, ein wichtiger Schritt zu einer erfolgreichen und erfüllenden therapeutischen Tätigkeit.

## Anschluss- und Weiterbildungsmöglichkeiten

- Medizinische:r Masseur:in
- Naturheilpraktiker:in

## Ausbildung im Überblick

### Fachbereich

Medizinische Massage

### Typ

Diplomausbildung

### Ausbildungsdauer

520 Lernstunden, ca 1 Jahr oder 1 Jahr und 7 Monate

### Zeiten

8:30–12:00 / 13:00–16:30 Uhr

### Diplomarbeit

Ja

### Abschluss

Dipl. Therapeutische:r Masseur:in

### Kosten

Monatliche Investition in Ihre berufliche Zukunft  
1'170 CHF (exklusiv Gebühren und Examenskosten)

### Detailinfos



# Dipl. Medizinische:r Masseur:in

Der Beruf als Medizinische:r Masseur:in ist ein eigenständiges und gefragtes Fachgebiet im Gesundheitswesen. Sie arbeiten mit manueller und apparativer Gewebemobilisation, um Gesundheit und Wohlbefinden gezielt zu fördern.

Nach Abschluss unserer Diplomausbildung können Sie den eidgenössischen Fachausweis erwerben, ein wichtiger Schritt für Ihre berufliche Entwicklung. Ob im Spital, in der Physiotherapie, in einer Reha-Klinik oder selbstständig: Ihnen stehen vielfältige Perspektiven offen.

## Ausbildung

In dieser Ausbildung lernen Sie, gezielt mit bewährten Techniken und Anwendungen auf den Körper einzuwirken. Sie setzen vor allem passive Methoden ein die helfen, Schmerzen, Fehlhaltungen und Verspannungen abzubauen und vorzubeugen sowie die Bewegungsfunktionen zu erhalten und zu fördern. Sie erlernen unter anderem die klassische Massage, Bindegewebsmassage, Fussreflexzonenmassage, manuelle Lymphdrainage sowie die Thermo-, Hydro- und Elektrotherapien, ein vielseitiges Handwerkszeug, das Sie befähigt, Menschen aktiv zu mehr Lebensqualität zu verhelfen. Als akkreditierter Bildungsanbieter unterrichtet die Prävensana nach den Bestimmungen der Organisation der Arbeitswelt Medizinischer Masseure (Oda MM). Zusätzlich folgen wir den EMR-Richtlinien der aktuellen Methodenliste, sodass Sie nach Abschluss der Ausbildung selbstständig als Medizinische:r Masseur:in arbeiten und anerkannte Leistungen über Krankenkassen abrechnen können. Starten Sie Ihre Ausbildung und legen Sie den Grundstein für eine beruflich erfüllende Tätigkeit im Gesundheitswesen, bei der Sie Menschen spürbar helfen und sich gleichzeitig hervorragende berufliche Perspektiven eröffnen.

## Anschluss- und Weiterbildungsmöglichkeiten

- Naturheilpraktiker:in
- Mentaltrainer:in
- Ernährungscoach

## Ausbildung im Überblick

### Fachbereich

Medizinische Massage

### Typ

Diplomausbildung

### Ausbildungsdauer

1'408 Lernstunden, ca. 2 Jahre und 6 Monate  
exkl. Vollzeitpraktikum

### Zeiten

8:30–12:00 / 13:00–16:30 Uhr

### Diplomarbeit

Ja

### Abschluss

Dipl. Medizinische:r Masseur:in

### Kosten

Monatliche Investition in Ihre berufliche Zukunft  
1'267.20 CHF (exklusiv Gebühren und Examenskosten)  
Bundesbeiträge auf eidg. Abschlüsse

### Detailinfos



# Dipl. Fussreflexzonen-Therapeut:in

Interessieren Sie sich für die Arbeit mit Menschen und die Fussreflexzonen-Therapie?

Diese Ausbildung zum/zur dipl. Fussreflexzonen-Therapeut:in vermittelt Ihnen fundiertes Wissen und praktische Techniken, um Klient:innen gezielt und wirksam zu begleiten. Sie eröffnet vielfältige berufliche Chancen, ob in Gesundheits- und Wellnesseinrichtungen oder in Ihrer eigenen Praxis.

## Ausbildung

Unsere Ausbildung steht allen offen, auch ohne Erstausbildung. Sie umfasst medizinische Grundlagen, die Fachausbildung Fussreflexzonen-Therapie und erfüllt nach EMR-Richtlinien alle Voraussetzungen für die Krankenkassenanerkennung (EMR-Methodenliste). Nach Abschluss können Sie Ihre Leistungen über angeschlossene Krankenkassen abrechnen, ein wichtiger Schritt zu einer erfolgreichen Praxis.

## Anschluss- und Weiterbildungsmöglichkeiten

- Berufsmasseur:in
- Lymphdrainage-Therapeut:in
- Medizinische:r Masseur:in
- Therapeutische:r Masseur:in

## Ausbildung im Überblick

### Fachbereich

Medizinische Massage

### Typ

Diplomausbildung

### Ausbildungsdauer

208 Lernstunden, ca. 8 Monate oder 1.5 Jahre

### Zeiten

8:30–12:00 / 13:00–16:30 Uhr

### Diplomarbeit

Ja

### Abschluss

Dipl. Fussreflexzonen-Therapeut:in

### Kosten

Monatliche Investition in Ihre berufliche Zukunft  
702 CHF (exklusiv Gebühren und Examenskosten)

### Detailinfos



# Dipl. Lymphdrainage-Therapeut:in

Sie arbeiten gerne mit Menschen und interessieren sich für den Bereich der manuellen Lymphdrainage?

Diese Ausbildung zum/zur dipl. Lymphdrainage-Therapeut:in vermittelt Ihnen fundiertes Wissen und praktische Techniken, um Klient:innen gezielt und wirksam zu begleiten. Mit dieser Ausbildung stehen Ihnen zahlreiche berufliche Möglichkeiten offen, ob in Gesundheits- und Wellnesseinrichtungen oder in der eigenen Praxis.

## Ausbildung

Unsere Ausbildung steht allen offen, auch ohne Erstausbildung. Sie umfasst medizinische Grundlagen die Fachausbildung Lymphdrainage-Therapie und erfüllt nach EMR-Richtlinien alle Voraussetzungen für die Krankenkassenanerkennung (EMR-Methodenliste). Nach Abschluss können Sie Ihre Leistungen über angeschlossene Krankenkassen abrechnen, ein wichtiger Schritt zu einer erfolgreichen Praxis.

## Anschluss- und Weiterbildungsmöglichkeiten

- Berufsmasseur:in
- Fussreflexzonen-Therapeut:in
- Therapeutische:r Masseur:in
- Medizinische:r Masseur:in

## Ausbildung im Überblick

### Fachbereich

Medizinische Massage

### Typ

Diplomausbildung

### Ausbildungsdauer

216 Lernstunden, ca. 1 Jahr oder 1 Jahr und 8 Monate

### Zeiten

8:30–12:00 / 13:00–16:30 Uhr

### Diplomarbeit

Ja

### Abschluss

Dipl. Lymphdrainage-Therapeut:in

### Kosten

Monatliche Investition in Ihre berufliche Zukunft  
486 CHF (exklusiv Gebühren und Examenskosten)

### Detailinfos



# Dipl. Fitnessinstruktor:in

Ihre Zukunft im Fitnessbereich startet hier! Bewegen ist Ihre Leidenschaft? Sie möchten Menschen dabei unterstützen, fitter, gesünder und motivierter zu leben?

Dann ist die Ausbildung zur dipl. Fitnessinstruktor:in genau das Richtige für Sie!

In dieser Ausbildung lernen Sie, wie Sie gesunde Kund:innen gezielt und sicher in den Bereichen Kraft, Ausdauer und Koordination coachen. Dank dem modularen Aufbau können Sie diese praxisnahe Weiterbildung optimal berufsbegleitend absolvieren.

## Ausbildung

Sie starten mit einem soliden fachlichen Fundament: In den ersten Modulen erwerben Sie das nötige Grundwissen in Trainingslehre, Anatomie und Betreuung. Schritt für Schritt entwickeln Sie die praktischen Fähigkeiten, um Ihre Kund:innen kompetent und motivierend auf der Trainingsfläche zu begleiten. Im zweiten Abschnitt vertiefen Sie Ihr Know-how in Beratung und Verkauf, integrieren erste Ernährungstipps in den Trainingsalltag und erweitern Ihre Kompetenzen im Bereich Prävention und Gesundheitsförderung. Sie kombinieren medizinisches Wissen mit praxisorientiertem Training, betreuen und coachen Ihre Kund:innen professionell und motivierend. Sie erstellen individuelle Trainingspläne und begleiten deren Umsetzung. Ihr Wissen setzen Sie gezielt ein, um im Studioalltag souverän zu agieren.

## Anschluss- und Weiterbildungsmöglichkeiten

- Ernährungsberater:in
- Mentaltrainer:in
- Personaltrainer:in

## Ausbildung im Überblick

### Fachbereich

Fitness & Bewegung

### Typ

Diplomausbildung

### Ausbildungsdauer

192 Lernstunden, ca. 7 Monate

### Zeiten

8:30–12:00 / 13:00–16:30 Uhr

### Diplomarbeit

Ja

### Abschluss

Dipl. Fitnessinstruktor:in

### Kosten

Monatliche Investition in Ihre berufliche Zukunft  
771.45 CHF (exklusiv Gebühren und Examenskosten)

### Detailinfos



**QualiCert**  
CERTIFIED QUALITY

**qualitop**

# Dipl. Personaltrainer:in

Sie haben Freude an Bewegung, arbeiten gerne mit Menschen und möchten Ihre Kenntnisse in der persönlichen und individuellen Trainingsgestaltung festigen sowie ausbauen? Dann ist die Ausbildung zum/zur dipl. Personaltrainer:in genau richtig für Sie.

Diese Ausbildung vermittelt Ihnen das nötige Wissen, um Einzelpersonen oder Kleingruppen in den Bereichen Bewegung, Ernährung und Gesundheitsförderung zu instruieren und zu begleiten. Als dipl. Personaltrainer:in können Sie selbstständig und ebenso in allen gesundheitsfördernden Betrieben arbeiten.

## Ausbildung

Zu dieser vielseitigen Ausbildung gehören Module in Anatomie ebenso wie Module in Fitnesstraining, Functional Training und Personaltraining. Sie verfügen über fundiertes, praxisnahes Wissen in Medizin und Training, abgestimmt auf Ihren Berufsalltag. Sie entwickeln individuelle Trainingspläne und motivierende Ziele und passen diese flexibel an den Fortschritt Ihrer Kund:innen an. Regelmässig führen Sie Standortbestimmungen bei Ihren Kunden durch und behalten dabei den Trainingsfortschritt stets im Blick.

## Anschluss- und Weiterbildungsmöglichkeiten

- Ernährungsberater:in
- Ernährungscoach
- Mentaltrainer:in

## Ausbildung im Überblick

### Fachbereich

Fitness & Bewegung

### Typ

Diplomausbildung

### Ausbildungsdauer

264 Lernstunden, ca. 10 Monate

### Zeiten

8:30–12:00 / 13:00–16:30 Uhr

### Diplomarbeit

Ja

### Abschluss

Dipl. Personaltrainer:in

### Kosten

Monatliche Investition in Ihre berufliche Zukunft  
734.40 CHF (exklusiv Gebühren und Examenskosten)

### Detailinfos



**QualiCert**  
CERTIFIED QUALITY

**qualitop**

# Dipl. Naturheilpraktiker:in

Arbeiten Sie gerne mit Menschen und interessieren Sie sich für die Gesundheitsförderung sowie Naturheilkunde? Dann bietet Ihnen die Ausbildung zum/zur dipl. Naturheilpraktiker:in spannende Perspektiven.

Als dipl. Naturheilpraktiker:in mit Ausrichtung in der traditionellen europäischen Naturheilkunde (TEN), verfügen Sie über die Fachkompetenz eine eigenständige Naturheilpraxis zu führen oder in einer Gesundheitsinstitution für Natur- oder Komplementärmedizin angestellt zu werden. Bei uns lernen Sie die Grundlagen aller drei Medizinarten in der Schweiz, das sind Schulmedizin, Naturmedizin und Präventivmedizin.

## Ausbildung

Nach den vertieften Grundlagen wie Anatomie, Physiologie und Pathologie erlernen Sie auch die verschiedenen manuellen Therapien der Naturheilpraktik und Komplementärmedizin, insbesondere der Fachrichtung «TEN» (Traditionelle Europäische Naturheilkunde). Vernetztes, ganzheitliches Fachwissen zum Wohle der Patienten ist bei uns Programm. Unsere TEN Naturheilpraktikerausbildung beinhaltet alle wichtigen Fächer zur Ausübung des Naturheilpraktikerberufes. Bereits nach etwa 1/3 der Ausbildung haben Sie die Grundvoraussetzung geschaffen, dass Sie Krankenkassenzulassung in Einzelmethoden, unterstützend bis zur eidgenössischen Fachprüfung beantragen können.

## Anschluss- und Weiterbildungsmöglichkeiten

- Ernährungsspezialist:in
- Mentaltrainer:in
- Psychosoziale:r Berater:in

## Ausbildung im Überblick

### Fachbereich

Naturheilkunde

### Typ

Diplomausbildung

### Ausbildungsdauer

1'920 Lernstunden, ca. 3 Jahre und 4 Monate

### Zeiten

8:30–12:00 / 13:00–16:30 Uhr

### Diplomarbeit

Ja

### Abschluss

Dipl. Naturheilpraktiker:in

### Kosten

Monatliche Investition in Ihre berufliche Zukunft  
1'245 CHF (exklusiv Gebühren und Examenskosten)  
Bundesbeiträge auf eidg. Abschlüsse

### Detailinfos



# Medizinische Grundlagen mit Zertifikatsabschluss

Interessieren Sie sich für den Aufbau, die Funktionen und Krankheiten des menschlichen Körpers? Möchten Sie einen Beruf im medizinischen Bereich ausüben? Dann legen Sie mit den verschiedenen Aufbauvarianten des Lehrgangs «Medizinische Grundlagen» die optimale Basis.

Diese krankenkassenkonforme Ausbildung vermittelt Ihnen das nötige Basiswissen für verschiedene Aus- und Weiterbildungen in Fachrichtungen wie z.B. Massage, Naturheilkunde oder Ernährung.

## Ausbildung

Den Lehrgang «Medizinische Grundlagen» bietet die Prävensana je nach Ihren Bedürfnissen und Ansprüchen in vier Ausbaustufen an, die sich primär in der Anzahl der Präsenzstunden unterscheiden. Von Stufe zu Stufe nehmen die Tiefe und die Anzahl der behandelten Themen zu. Nach bestandener Prüfung erhalten Sie das Zertifikat, das Sie zusammen mit einer Therapiemethode beim EMR oder ASCA einreichen können. So erarbeiten Sie sich gezielt das nötige Fachwissen für Ihre beruflichen Pläne.

## Anschluss- und Weiterbildungsmöglichkeiten

- Berufsmasseur:in
- Therapeutische:r Masseur:in
- Medizinische:r Masseur:in
- Ernährungscoach
- Ernährungsspezialist:in
- Naturheilpraktiker:in

## Ausbildung im Überblick

### Fachbereich

Medizinische Grundlagen

### Typ

Zertifikatausbildung

### Ausbildungsdauer

150 Stunden Medizinische Grundlagen, ca. 4/7 Monate  
Medizinische Grundlagen KT MG 2 ca. 6 Monate  
350 Stunden Medizinische Grundlagen, ca. 8 Monate  
600 Stunden Medizinische Grundlagen, ca. 1.8 Jahr

### Zeiten

8:30–12:00 / 13:00–16:30 Uhr

### Diplomarbeit

Nein

### Abschluss

Zert. Medizinische Grundlagen

### Kosten

Monatliche Investition in Ihre berufliche Zukunft  
851 CHF bis 870 CHF (exklusiv Gebühren und Examenskosten)

### Detailinfos

