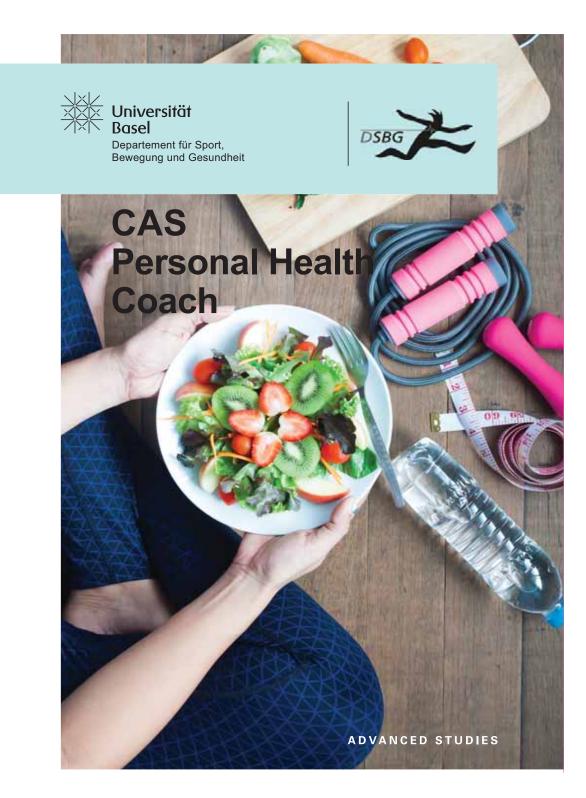
Educating Talents since 1460.

Universität Basel Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit (DSBG) Birsstrasse 320 B CH-4052 Basel

www.dsbg.unibas.ch





Die Behandlungskosten für Patienten mit nicht übertragbaren Krankheiten sind in den letzten Jahren stetig angestiegen. Die Förderung der Prävention stellt eine Möglichkeit dar, um das Steigen der Gesundheitskosten abzuschwächen. Verhaltensänderungen in den Bereichen Ernährung, Bewegung oder Stress sind ein zentraler Bestandteil der Gesundheitsförderung.

CAS
PERSONAL HEALTH
COACH

Das Ziel dieses Lehrganges ist die Ausbildung von Personal Health Coaches (PHC). Diese PHC sollen bei ihren Klienten gezielte gesundheitsrelevante Verhaltensänderungen erreichen können. Das zu erarbeitende Kompetenzprofil der Coaches enthält Interventionsstrategien zu Bewegung und Sport, Ernährung, Stressregulation, sowie Kompetenzen zur Durchführung von Fitness- und Gesundheitsanamnesen. Ein PHC besitzt Kenntnisse zu effektiven Techniken der Verhaltensänderung und kann diese selbstständig erweitern und anwenden. Exercise is Medicine steht im Zentrum der neuen CAS-Ausbildung. Evidenzbasiertes Wissen und Best-Praxis-Modelle im Bereich der Therapie und Prävention von nicht übertragbaren Krankheiten bildet die Lehrgangsgrundlage.

Der CAS zum Personal Health Coach richtet sich an

Zielgruppe

Personen mit folgenden Ausbildungen: • Bachelorabschluss oder höher in der Fachrichtung Sport und Bewegung • Fachausweis Spezialist/Spezialistin Bewegungs- und Gesundheitsförderung • Hochschulabschluss in Physiotherapie Äquivalente Ausbildungen • Abschluss Certificate of Advanced Studies (CAS) Personal Health Coach Umfang und Der Studiengang umfasst 12 ECTS Kreditpunkte mit 17 Studiendauer Präsenztagen und einer Studienzeit von einem Jahr.

Aufbau und Inhalte

Der Studiengang umfasst Lehrveranstaltungen mit folgenden Themen:

	 Übersicht der häufigsten nicht übertragbaren Krankheiten und deren "Special Needs" Interventionsstrategien zu Bewegung, Sport, Ernährung und Stressregulation Evidenz von Coaching-Interventionen zur Förderung eines gesunden Lebensstils Theorien und Techniken zur Verhaltensänderung Strategien für Coachings und Gesprächsführung; Coaching Tools Kompetenzen zur Durchführung von Fitness- und Gesundheitsanamnesen
	Der Studiengang ist in eine Blockwoche und 12 Blocktage (Fr & Sa) unterteilt. Parallel zum Lehrgang erfolgt der Transfer der Theorie in die Praxis (eigene Coachingerfahrungen).
Trägerschaft	Medizinische Fakultät der Universität Basel, Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit
Studiengangbeginn	07. Oktober 2019
Studienort	Basel
Kosten	CHF 7500
Anmeldung	Detaillierte Informationen zur Anmeldung, zu den Kursdaten und weiteres finden Sie auf der Webseite www.advancedstudies.unibas.ch
Kontakt	Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung
	Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit (DSBG) Birsstrasse 320 B 4052 Basel cas-dsbg@unibas.ch

