



PROJEKT 1:

Fort- & Ausbildung für ganzheitliche Gesundheitsförderer „Essen und Leben im Einklang mit der inneren Uhr“

Ein wichtiges Thema, das unser Verein konsequent fördert ist die körperliche und geistige **Gesundheit der Menschen, im Einklang mit sich selber und der Natur.**

Wir sehen **das Leben und Essen im Einklang mit der inneren Uhr** als eine sehr wichtige, natürliche und nachhaltige Lösung für ein Gleichgewicht zwischen der körperlichen und psychischen Gesundheit der Menschen und gleichzeitig zwischen Menschen und Natur.

Deswegen setzen wir als TEMPORA AUREA Verein in unserem Projekt **„Fort- & Ausbildung für ganzheitliche Gesundheitsförderer- Essen und Leben mit der inneren Uhr“** auf die Kompetenz und über 20 Jahre Praxiserfahrung der Expertin für Chronobiologie der Ernährung, also für natürliche Ernährung nach der inneren Uhr sowie für Epigenetik, Anamaria Hager.

Hauptziele des Projektes:

- 1.** Ziel des Projektes ist es, in klar definierten Modulen, angefangen mit der Fortbildung „Kompetenz Essen nach der inneren Uhr“, **Fachleute aus dem Gesundheits- und Präventionsbereich** wie Fitnesstrainer, Therapeuten, Ernährungsberater, Heilpraktiker, Ärzte usw. rund um das Thema Essen nach der inneren Uhr **fort- und auszubilden, bis hin zum Status von Experten im Essen nach der inneren Uhr. Auch Neueinsteiger** haben die Möglichkeit diese Ausbildung zu absolvieren. Auf dieser Weise kann dieses wichtige und schwer zugängliche Wissen an Multiplikatoren weiter gegeben werden so, dass **natürliche Maßnahmen zur Gesundheitsförderung** wie Bewegung, natürliche Therapien, Stressbewältigung usw., die in den verschiedenen Gesundheits- und Präventionseinrichtungen angeboten werden, **durch die Praktik des Essens nach der inneren Uhr wirkungsvoller und nachhaltiger werden.**
- 2.** Ein genauso wichtiges Ziel des Projektes ist es, **den Zugang der Menschen zu einer natürlichen Ernährung und dadurch zur ökologischen Lebens- und Ernährungsweise wesentlich attraktiver, leichter und nachhaltiger zu machen.**

Abschluss: Zeugnis und Siegel

Zusätzlich zu den Zeugnissen, die nach den Fort- und Ausbildungsmaßnahmen dieses Moduls den Absolventen angeboten werden, gibt es bei Interesse die Möglichkeit, ein Siegel zu erhalten und zu nutzen. Die Nutzungsrechte des Siegels werden durch TEMPORA AUREA festgelegt.

Dieses wird jährlich aktualisiert (z.B. „Kompetenz Essen nach der inneren Uhr 2021“), kann wirkungsvoll auf Internetseiten, Flyer und andere Informationsmittel der qualifizierten Fachleute platziert werden und kommuniziert nach außen die **BESONDERE KOMPETENZ** im Essen nach der inneren Uhr dieser ganzheitlich handelnden Gesundheitsexperten.

Dadurch entsteht ein klares Win-Win für alle an Gesundheit der Menschen beteiligten Mitwirkenden.



TEMPORA AUREA

Verein für nachhaltige Lösungen,
Chronobiologie, Natur und Mensch

DIE SIEGEL:

Der Verein TEMPORA AUREA bietet professionelle Fort- & Ausbildung für Fachleute aus dem Gesundheits- und Präventionsbereich wie Fitnesstrainer, Therapeuten, Ernährungsberater, Heilpraktiker, Ärzte, Neueinsteiger usw. zum „Essen nach der inneren Uhr“ an.

Es geht hier um eine Reihe von Fort- und Ausbildungsstufen, die als Höchst-Auszeichnung den Status von Experten im Essen nach der inneren Uhr vergibt. Die erste Fortbildungsmaßnahme heißt **„Kompetenz im Essen nach der inneren Uhr“**, die in 5 Modulen aufgebaut wird (siehe entsprechende Datei bzgl. der Inhalte)

Sobald die erste Fortbildungsmaßnahme absolviert wird, können die Unterlagen über die Inhalte der nächst möglichen Vertiefung, also über die nächsten Stufe dieser ganzheitlichen Kompetenz im Essen nach der inneren Uhr angefordert werden.

Hier unten können die Siegel betrachtet werden, die gegen eine symbolische Gebühr, jährlich durch den Verein vergeben werden. Diese exklusiven, jährlich aktualisierten Siegel spielen eine wichtige Rolle in der Kommunikation nach außen der **BESONDERE KOMPETENZ im ESSEN NACH DER INNEREN UHR** der ganzheitlich handelnden Gesundheitsexperten sowie in der Verbreitung zukunftsweisender Maßnahmen für die **Gesundheit der Menschen, im Einklang mit sich selber und der Natur.**

