

# LEBENS LAUF

Manuela Zürcher  
Denzlerstrasse 7  
3005 Bern

Telefon: 079 / 361 54 86

E-Mail: [foodforyou@bluewin.ch](mailto:foodforyou@bluewin.ch)

Geburtstag: 14. Oktober 1971  
Heimatort: Termen VS

Zivilstand: Verheiratet



---

## Berufliche Erfahrungen

2013 – heute

### freischaffende Ernährungsberaterin FH

In eigener Praxis in Bern und Glis, seit Februar 2020 Praxis MagenDarm in Aarau

*Schwerpunkte:* Adipositas bei Kindern & Erwachsenen, Stoffwechselerkrankungen, Nahrungsmittelallergien & -intoleranzen, Erkrankungen des Verdauungssystems (Fodmap), Ernährung in verschiedenen Lebensphasen

2011 – 2013

### Ernährungsberaterin FH (50%)

Stoffwechszentrum STEPS; Dr. med. R. Fajfr, Biel

- Ambulante Ernährungsberatungen (Diabetes, Adipositas, Stoffwechselerkrankungen)

2011

### Ernährungsberaterin FH (80%)

(Mutterschaftsvertretung für 6 Monate) Spital Interlaken

- Stationäre und ambulante Ernährungsberatungen
- Co-Leitung Fachgruppe Diabetes

2003 – 2010

### Ernährungsberaterin (80 %)

Gesundheitsdienst der Stadt Bern, Bern

- Beratung adipöser Kinder und Jugendlicher
- Projektleiterin des städtischen Ernährungsprogramms „Znüni-Box“ für Kindergarten, Unter – und Mittelstufe
- Multiplikatorenschulungen für Lehrpersonen, Betreuungspersonen Tagesstätten und Elternrat
- Öffentlichkeitsarbeit für Berner Stadtbevölkerung

1998 – 2003

### Ernährungsberaterin (80 %)

Regionalspital Visp

- Hauptaufgabengebiete: Medizin, Gastroenterologie, Onkologie

2003 – heute	<b>Kursleiterin</b> (Pensum variiert) Klubschule Migros Aare Bern, Aarau & Baden <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fachausbildungen Fitness &amp; Gesundheit Fächer: Ernährung Grundlagen &amp; Vertiefung, Kommunikation, Methodik / Didaktik,</li> <li>• Seit November 2013 Lehrgang medizinische Arztsekretärin Fach Pharmakologie</li> </ul>
1991 – 1994	<b>Pharma-Assistentin</b> (verschiedene Arbeitsorte) Pharmacie Avenchoise, Avenches Apoteca Engiadinaisa, Scuol Kornhausapotheke, Bern

---

## **Aus und Weiterbildung**

### **Ausbildung**

2010 - 2012	Ausbildung diplomierte Erwachsenenbildnerin HF SELF Höhere Fachschule für Erwachsenenbildung, Leitung und Führung, Bern
2009	Nachträglicher Titelerwerb dipl. Ernährungsberaterin FH
2006 - 2007	Ausbildung zur Ausbilderin mit eidg. Fachausweis Klubschule Migros Aare Bern
1995 - 1998	Ausbildung zur dipl. Ernährungsberaterin SRK Ausbildungszentrum InseleSpital Bern
1988 - 1991	Lehre als Apothekenhelferin EFZ, Berufsschule Brig

### **Weiterbildung**

2019-2020	Fachschulungen bei Hormonselbsthilfe Deutschland bei Elisabeth Buchner
2018	CAS Nahrungsmittelallergien und -intoleranzen an der Berner Fachhochschule
2016 – 2018	Weiterbildung in tiefenpsychologischer Ernährungs- beratung an der Akademie für Beratung und Philosophie S. Mannhardt
2013	Grundkurs Zürcher Ressourcen Modell ® Institut für Selbstmanagement und Motivation Zürich
2010	Kommunikationsausbildung in Wahrnehmung und Kommunikation NLP Practitioner NLP Akademie Schweiz, Pfungen-Winterhur
2008	Basisseminar „Arbeitstechniken der Moderation“ Neuland AG Rotkreuz
2002	Management-Lehrgang am Berner Berufs-Bildungszentrum

## **Mitgliedschaften / Verbände**

Schweizerischer Verband der Ernährungsberater/-innen (SVDE)  
Schweizerische Gesellschaft für Ernährung (SGE)  
Beratungssektion diabetesschweiz  
IG Zöliakie der Deutschen Schweiz  
Food on Record Netzwerk

---

## **Sprachen**

Deutsch: fliessend in Wort und Schrift  
CH- Deutsch Muttersprache  
Französisch: fliessend in Wort  
Englisch Grundkenntnisse / Leseverständnis