

**W: Wilma Bürger**

I: = Interviewerin (M. van der Linden)

**I: Wie kamen Sie zu „Die Neuen Akademien“ und welche Motivation hatten Sie, dort einen Lehrgang zu besuchen?**

**W:** Ich war auf der Suche nach einer Ausbildung im Ernährungsbereich. Da habe ich einfach im Internet geschaut und Unterlagen angefordert. Ich habe mich informiert, wo man so was machen kann, auch auf der Uni und so, aber da gibt es einfach nichts. Vor allem hier in Klagenfurt nicht, und in Wien Ernährungswissenschaften, das war für mich unmachbar, weil ich ja drei Kinder habe und auch das Haus da. Ich kann ja nicht jeden zweiten Tag nach Wien fahren, das geht einfach nicht. Dann habe ich eben geschaut, was gibt's in dieser Richtung, was gefällt mir. Ich habe mich dann bei „Die Neuen Akademien“ informiert und gesehen, da gibt es eigentlich einen „klassen“ Lehrgang. Ich habe diesen dann aber noch einmal prüfen lassen, von einer Bekannten von mir, die Ernährungswissenschaftlerin ist, ob eben vom Inhalt her das passt – weil das kann man sich als Laie, wenn man noch nichts selber gemacht hat, immer schwer vorstellen. Da habe ich dann einfach das von ihr prüfen lassen, und sie hat gesagt, „ja, ich glaube, es ist alles drinnen, was man braucht, das erscheint sinnvoll“. Für mich war das auch vom Zeitraum her einfach machbar.

**I: Mit welchen Vorstellungen bzw. Erwartungen sind Sie in diese Ausbildung gegangen?**

**W:** Ja, schon mit relativ hohen, so dass ich es dann beruflich anwenden kann. Es war für mich jetzt nicht nur interessehalber – weil da habe ich eh schon irrsinnig viele Bücher gelesen und sonstiges gemacht. Es war einfach so, dass ich das Wissen fundiert aufbereitet bekommen wollte, dass das ordentlich mit einer Prüfung abgeschlossen ist und dann sozusagen eine richtige Ausbildung ist. Eben so, dass ich es dann in meinem zweiten Beruf richtig anwenden kann.

**I: Was haben Sie davor gemacht?**

**W:** Ich bin kaufmännische Angestellte gewesen, habe 16 Jahre gearbeitet und war immer wieder mit den Kindern daheim. Ich habe dann gesagt „das Kaufmännische ist nicht mehr das, was mich interessiert“. Ich wollte einfach von

dem etwas wegrücken und etwas machen, was mich komplett erfüllt und was mich begeistert.

**I: Wie haben Sie den Lehrgang des Ernährungstrainers erlebt?**

**W:** Ja, eigentlich sehr positiv. Es war eigentlich immer interessant und angenehm gestaltet. Von den Referenten her war immer Abwechslung drinnen. Jeder hat seine Fachgebiete gehabt, die er/sie vorgetragen hat. Es waren doch sieben, acht oder neun Referenten während der ganzen Ausbildungszeit. Es war eigentlich recht interessant, weil jede/r irrsinnig viel Erfahrung und irrsinnig viel Wissen gehabt hat, aber jeder eben ein bisschen auf eine andere Art und Weise. Und wir als Schüler haben uns dort dann das Gesamtbild selber machen können. Es wird einem ja nichts diktiert, man kann sich das ja selber aufbereiten. Einfach ein bisschen herausfiltern, „was ist für mich jetzt ganz wichtig und was interessiert mich“. Freilich, für die Prüfungen muss der Grundstock natürlich da sein, und gelernt sein. Aber so für die Praxis habe ich das für mich von Anfang an so eingeführt und auch beibehalten, dass ich es in diese Richtung ausrichte, was mich interessiert und wo ich von Anfang an schon gewusst habe, „das möchte ich dann einmal fix machen und da möchte ich mich dann sozusagen spezialisieren.“

**I: Was sagen Sie zu den Dozenten, waren diese authentisch?**

**W:** Ja, eigentlich schon. Sie sind in ihrem Bereich sozusagen voll aufgegangen und haben den Stoff mit voller Überzeugung 'rübergebracht. Viele unserer Fragen haben sie einfach aus dem Stehgreif beantwortet, solche, die eben nicht im Skript eingebaut waren. So, dass sie nur nach den Unterlagen, den Ordnern, die wir bekommen haben, gearbeitet haben, so war es nicht. Die Skripten sind einfach ein Grundstock gewesen, das andere hat sich aus den Gesprächen ergeben. Es war nicht so eine Situation Zuhörer – Vortragender, sondern es war schon auch so eine offene Runde, wo auch diskutiert worden ist und jeder einmal seine Meinung einbringen hat können. Wenn es nur um Fachwissen ging, haben wir natürlich zuhören müssen, da haben wir uns ja erst einfinden müssen, aber es war eigentlich immer sehr angenehm.

**I: Hätten Sie sich noch etwas anderes gewünscht, was durchgenommen werden sollte oder war etwas zu viel ?**

**W:** Im Grunde genommen hat es sicher gepasst. Jetzt im Nachhinein kann man natürlich sagen „dieses Thema interessiert mich besonders“, da würde ich jetzt –

im Nachhinein gesehen – in die Tiefe gehen. Aber zum damaligen Zeitpunkt war sicher alles da, was man gebraucht hat.

**I: Was sagen Sie zur Finanzierung ?**

**W:** Es ist sicher eine kostspielige Angelegenheit. Und nur für ein Hobby, sag ich jetzt mal, ist es sicher für den „normalen“ Menschen unleistbar. Es gibt aber Möglichkeiten. Ich z.B. habe das mit einem Bildungskredit über Wüstenrot finanziert. Das hat mir der Olivier RAINER gleich am Anfang gesagt, dass es das gibt. Ich habe dann Kontakt aufgenommen mit den Leuten von Wüstenrot. Die sind auch gleich gekommen und haben mir das alles erklärt und gemacht. Also, das war sehr zuvorkommend, muss ich sagen. Ich denke aber, wenn wer möchte, kommen sie einem/r wahrscheinlich auch irgendwie entgegen. Ich habe eigentlich bei niemandem mitbekommen, dass es am Finanziellen gescheitert ist. Irgendwo gibt's immer Möglichkeiten.

**I: Wie sieht Ihre berufliche Tätigkeit jetzt aus?**

**W:** Ja, also bei mir ist es derzeit so, dass ich Einzelbetreuungen mache, dass ich Vorträge halte. Es läuft derzeit auch eine Radiosendung in der Morgenshow in Radio Kärnten, das lief aber im Winter auch schon einmal. Dann war ich auch schon in der Schule, gesunde Jause zum Beispiel. Also alles so in den Alltag einfließend. Ich möchte es immer praxisnah bringen. Kochkurse laufen derzeit auch, und alles was halt rund um die Ernährung so dazugehört. Es ist nicht nur so ganz steif und stur, sondern einfach so offen.

**I: Wie war das am Anfang, wie haben Sie angefangen ?**

**W:** Ja, man muss sich einfach bemühen, man muss schauen, in welche Richtung man gehen möchte, wo möchte man arbeiten, mit wem möchte man zusammenarbeiten. Dann muss man einfach die Leute ansprechen, hin schreiben, kontaktieren und dann ergibt sich das eine oder andere. Dann muss man halt schauen, in ein paar Jahren wird es vielleicht wieder anders ausschauen. Dann sagt man vielleicht: „okay, ich arbeite lieber anders, das ist für mich weniger interessant oder lukrativ“, das muss man dann halt abwägen, ob man vielleicht in eine andere Richtung geht. Das kann sich aber von Jahr zu Jahr ändern. Am Anfang macht man natürlich vieles und probiert aus, und schaut „was gefällt mir, was taugt mir, wo komme ich gut an“. Ich war z.B. am Anfang in einer Firma, die übers AMS finanziert wird. Da hat es begonnen mit einer sechsteiligen Reihe für Langzeitarbeitslose. Es waren verschiedene Gruppen von diesen Langzeitarbeits-

losen, die sozusagen ihre ganze Persönlichkeit ein bisschen verändern mussten, so dass sie im Beruf wieder Fuß fassen konnten. Das war sehr lehrreich muss ich sagen, weil das meine ersten Vorträge waren. Da habe ich auch sehr viel vom Menschlichen dazu gelernt, wie man eben mit Personen umgeht und auch wie man das Ganze aufbereitet, damit es gut ankommt und nicht nur als Fachwissen irgendwie hin und her geschoben wird. Dass es einfach praxisnah 'rübergebracht wird. Eben auf die Menschen zugeschnitten.

**I: Haben Sie sich am Anfang schwer getan?**

**W:** Nein, eigentlich nicht. Es hat mir von Anfang an voll getaugt, ich bin darin aufgegangen, ich habe gewusst „das will ich machen“. Ich habe eigentlich schon vor der Ausbildung gewusst „das ist es“ und ich bin dann richtig hineingewachsen und dabei geblieben.

**I: Wie gehen Sie dann zum Beispiel so eine Einzelbetreuung an?**

**W:** Ja, da gibt es einfach einmal ein Erstgespräch. In diesem Erstgespräch wird einmal der Zustand erhoben und was er/sie eigentlich machen möchte. Wie lebt die Person, wie ist sie, hat sie der Arzt geschickt, wie ist sie generell auf mich gekommen. Das Gespräch wird dann halt ausgeweitet, mit einmalig oder zweimalig fange ich sicher mit niemandem etwas an, weil es braucht einfach seine Zeit, damit man einmal langsam die Themen erarbeitet. Dann fängt man mit dem größten Anliegen dieser Person an und schaut, dass man das bereinigen kann. Dazu kommt jedes Mal bei der Besprechung ein Praxisteil an Grundwissen dazu, wo dann auch die Unterlagen von mir kommen. Jeder bekommt von mir so eine persönliche Mappe, wo er die Unterlagen dann schön themenmäßig oder chronologisch einordnen kann. Er bringt dann die Mappe jedes Mal mit und wir erarbeiten das dann sozusagen Kapitel für Kapitel. Es gibt da einen Plan mit den Wünschen der Person, ob diese jetzt abnehmen will oder zunehmen will, ob sie auf eine gesunde Ernährung umstellen will, ob sie vielleicht Fleisch weglassen will oder dieses oder jenes, je nachdem was derjenige Mensch von mir erwartet.

**I: Wie läuft das mit der Radiosendung ab?**

**W:** Ja, die Radiosendung war im Winter eine achtteilige Serie und ist jetzt im Frühling eine achtteilige Serie, wo am Dienstag und am Donnerstag in der Früh immer so ein kurzer Beitrag gesendet wird. Im Winter war es die gesunde Jause für Kinder. Da ist es darum gegangen: was kann ich eigentlich als Mutter oder als Elternteil für meine Kinder als Schuljause herrichten. Was kann ich dazu

beitragen, dass die Verlockungen, die in der Schule schon angeboten werden, dass man diese ein bisschen ausschaltet. Jetzt im Frühling haben wir „Fit in den Frühling“ gemacht. Da haben wir eben so Tipps zur Frühjahrsmüdigkeit, was kann man im Frühling ein bisschen ändern, was braucht der Körper vermehrt, was soll man eher weg lassen. Wie kann ich mich fit in den Frühling und in den Sommer bringen.

**I: Sind Sie derzeit gut ausgelastet?**

**W:** Ja, ich habe mich jetzt einmal so ausgerichtet, dass ich sagen kann: „ich kann locker dahin arbeiten, kann daneben meine Kinder betreuen und werde das jetzt im Laufe der Tätigkeit immer mehr ausweiten, je selbständiger eben die Kinder werden. Das ist nach oben hin natürlich immer offen.

**I: Könnten Sie von der Tätigkeit leben, so wie Sie das jetzt machen?**

**W:** Nein, derzeit noch nicht. Da bin ich jetzt auch noch einfach zu wenig in verschiedene Kreise hineingekommen, es sind bei mir jetzt noch kleine Fische, die großen die erwarte ich dann noch im Laufe der Tätigkeit. Es geht einfach nicht alles von heute auf morgen. Man muss das langsam Schritt für Schritt aufbauen und wenn man da oder dort mal war, dann kann man mit dieser Referenz wieder wo anders hin gehen und erreicht dann wieder was, kriegt dann dort wieder einen Auftrag.

**I: Es werden immer wieder Anfragen an „Die Neuen Akademien“ bezüglich ErnährungstrainerInnen oder auch anderen TrainerInnen gerichtet. Der Bedarf scheint groß zu sein, was sagen Sie dazu?**

**W:** Ich bekomme immer wieder e-mails wo drinnen steht „wir suchen, wir brauchen“, zwar momentan im Ernährungsbereich eher nicht, sondern mehr im Bereich des Gesundheitstrainers. Aber ich denke, es wird immer wieder einmal was dabei sein, wo man sagt „ja, das ist was für mich“. Da melde ich mich dann, da schreibe ich hin oder rufe ich an. Man muss das dann mit den betreffenden Leuten selber abklären, „die Neuen Akademien“ treten da sozusagen als Vermittler auf.

**I: Waren die Tipps, die in den Lehrveranstaltungen immer wieder gegeben wurden, hilfreich für Sie?**

**W:** Ja, weil alle Referenten in der Praxis arbeiten, das ist es, was mir auch so gefällt. Da gibt es Referenten die wirklich 40 Stunden ihren Job haben und daneben auch noch den Unterricht in „die Neuen Akademien“ geben, aber die

haben Erfahrung und Praxis und die wissen wirklich, wovon sie reden. Reine Theoretiker haben wir eigentlich überhaupt nicht dabei gehabt.

**I: Was kann man tun um den Menschen die gesunde Ernährung ins Bewusstsein zu bringen?**

**W:** Es ist natürlich ein großes Thema, dass man den Leuten erst bewusst machen muss, was die Ernährung im Körper eigentlich bewirkt. Das ist sicher ein Großteil unserer Tätigkeit überhaupt. Weil in den ersten Stunden einer Einzelbetreuung zum Beispiel geht es nur darum, dass man dem Menschen erklärt: was braucht dein Körper eigentlich. Viele wissen das gar nicht. Ich habe auch in der Firma, wo ich letztes Jahr war, angefangen aufzugliedern, darzustellen, was braucht der Körper eigentlich und was geben wir ihm – dann kommt das große AAH, OOH und eigentlich die große Überraschung, dass das vielleicht doch ein bisschen falsch ist. Dass man da vielleicht doch was ändern sollte, dass man gewisse Erscheinungen und gewisse negative Empfindungen im Körper nicht hat – man kann da schon vieles beeinflussen zum Positiven hin.

**I: Tut sich beim Bewusstsein der Menschen in dieser Hinsicht etwas?**

**W:** Ja, schon – auf jeden Fall – da tut sich sicher was. Man merkt das auch beim Kindergarten, Schule, es wird einfach mehr nachgefragt und hinterfragt, was ist wo drinnen, Zusatzstoffe, Konservierungsstoffe, Geschmacksverstärker – das ist einfach schon ein Thema. Auch die ganzen Zeitungsartikel helfen da natürlich schon. Auch bei Fernsehsendungen bekommt man was mit – Welt der Wunder hat immer wieder auch Dokumentationen wo die Leute darauf hingewiesen werden. Oder dieser Film über diese Fastfood-Kette oder der Film *we feed the world* - diese ganzen Filme machen schon die Bevölkerung ein bisschen darauf aufmerksam, dass da alles in die falsche Richtung rennt.

**I: Was möchten Sie zum Schluss zukünftigen „DNA“-KursteilnehmerInnen noch sagen?**

**W:** Ja, wenn jemand seinen Weg im Gesundheitsbereich finden möchte, dann ist er da sicher gut aufgehoben. Man muss einfach wissen, was man will und dann findet man seinen Weg. Arbeiten muss man natürlich selber und lernen muss man natürlich auch. Obwohl es eine private Akademie ist, wo man alles selber bezahlt, wird einem trotzdem nichts geschenkt. Also, das heißt jetzt nicht – weil ich meinen Kursbeitrag pünktlich eingezahlt habe und weil ich immer nett war – dass ich dort meine Prüfungen mit Null Wissen erledigen kann. Also das ganz

sicher nicht. Das soll es aber auch nicht sein. Denn es besteht ja – in meinen Augen – eine gewisse Verantwortung in der „DNA“, denn sie lassen ja die Leute, die Absolventen wirklich auf die Bevölkerung los, und wenn die jetzt was Falsches machen würden oder die Empfehlungen komplett falsch weiter geben – dann könnte auch ein Schaden für den jeweiligen Klienten entstehen. Da muss man dann berücksichtigen, dass man einen bestimmten Wissensstock braucht, damit man bei den Prüfungen durch kommt. Diese Verantwortung habe ich auch in meinem Beruf. Wenn ich zu einem Klienten sage „tun Sie das oder das, lassen Sie das weg oder das andere“, dann liegt das auch in meiner Verantwortung. Wenn es ihm dann schlecht geht, ruft er mich auch an und sagt „Sie haben gesagt, ich soll ..“! Dann muss ich das auch verantworten können und deshalb muss man einen Wissensstock haben, damit man auch die Sicherheit hat und je mehr Erfahrung man hat, desto besser ist es.