

# ***Zertifikat***

für die Weiterbildung als FastenBerater\*in  
vom 14 – 14.02.2026

## für Mandy Hommel-Kuchta

**Die Weiterbildung mit einem Umfang von 16 UE (à 45 min) umfasst folgende Inhalte**

- Verschiedene Fastenformen & aktuelle Forschungslage
- Indikationen/Kontraindikationen des Fastens bei verschiedenen Erkrankungen
- Schwerpunkt: Beratung zum Intervallfasten
- Beschreibung der Elemente der Mind-Body-Medizin
- Grundlagen der Kurzberatung in der Lebensstilveränderung

**und wurde erfolgreich mit einer Prüfung (ausgearbeitete Fallvorstellung) abgeschlossen.**

**Die Teilnahme an der Weiterbildung FastenBerater\*in befähigt dazu**

- eine individuell angepasste Fastenberatung durchzuführen
- die Klientin/den Klienten in die entsprechende Fastenbegleitung weiterzuleiten und
- die Klientin/den Klienten kompetent zum Intervallfasten zu beraten und anzuleiten



**zertifiziert als Fastenberater\*in**

Berlin, 14.02.2026

  
Prof. Dr. med. Andreas Michalsen

  
Dr. med. Daniela Koppold

  
Dipl. Psych. Christel von Scheidt

  
Dipl. Oec. Alexandra Prüß