

Leitspruch, Lebenslauf, Ausbildungen

Katarzyna Zablonier

„Du bist, was du isst.“ Für mich steckt in diesem Satz eine einfache Wahrheit. Unser Darm ist weit mehr als ein Verdauungsorgan. Gemeinsam mit seiner Darmflora beeinflusst er über die Darm-Hirn-Achse unser Wohlbefinden und spielt eine wichtige Rolle für unsere Gesundheit. Mit einer ausgewogenen Ernährung möchte ich Menschen dabei unterstützen, ihre Gesundheit von innen zu stärken - für mehr Energie, Balance und Lebensqualität.

Geboren 1991 im Polen, verheiratet

Hobbies: Gitarre spielen, Reisen, Kochen, Skifahren, Lesen (Sachbücher, Reportagen, Krimis)

Ausbildung

2024	Berner Fachhochschule ▪ Fachkurs Nahrungsmittelintoleranzen
2016-2018	Universität für Medizinische Wissenschaften, Posen (Polen) ▪ Fachrichtung: Ernährungswissenschaften ▪ Abschluss: Master
2013-2016	Universität für Medizinische Wissenschaften, Posen (Polen) ▪ Fachrichtung: Ernährungswissenschaften ▪ Abschluss: Bachelor
2010-2013	Nicolaus-Copernicus-Universität, Torun, Polen Ludwik Rydygier Collegium Medicum, Bydgoszcz, Polen ▪ Fachrichtung: Physiotherapie ▪ Abschluss: Bachelor

Berufserfahrung

2013-2018 Berufspraktika:

- Vorpraktikum im Spital (regionales Verbundkrankenhaus in Elbląg, Diabeteszentrum in Elbląg, Polen)
- Praktikum in der Ernährungsklinik (Klinik für Körperästhetik „Bellamed“ in Elbląg, Polen)
- Praktikum in ambulanten Zentren für gastrointestinale Erkrankungen und Stoffwechselerkrankungen (städtisches Krankenhaus Franziska Raszei in Posen, Polen)
- Praktikum im Krankenhaus „klinisches Krankenhaus der Karol Jonscher Universität für Medizin“ in Posen, Polen
- Praktikum in der „bezirklichen Gesundheits- und Epidemiologiestation in Elbląg“
- Seit Januar 2025 bei Nutrisana Winterthur

Kurse / Schulungen

10.2022	«Erkrankungen des Verdauungssystems»
05.2021	«Psychobiome- The breakthrough in approach to the gut microbiome therapy»
07.2021	«Probiotische Strategien bei microbiomischen Störungen»
12.2016	«Ernährung von aktiven Personen» (Sporternährung)

12.2016	Warschau, Polen «Marathonvorbereitung aus der Sicht eines Ernährungsberaters», Warschau, Polen
10.2014	«Vegetarische Diäten in der Praxis», Posen, Polen

Sprachen: Deutsch, Polnisch, nach Absprache Englisch