



Lebenslauf und Erfahrungsnachweis

Jelina Linder, 08.02.1997



AUSBILDUNG / WEITERBILDUNG

- | | |
|--------------------------|--|
| 10/2024- 04/2025 | CAS in Mindful Leadership Führungsweiterbildung und Coaching mit den Ansatz über achtsamkeitsbasierte Ansätze. |
| Seit 2019 | Besuch diverser Weiterbildung und Kongressen und in den Themengebieten Mikrobiom, Reizdarmsyndrom, Achtsamkeit, lösungsorientierter Beratung, klinischer Ernährung & Onkologie. |
| 09/2015 – 09/2019 | Studium Ernährung und Diätetik (BSc) an der Berner Fachhochschule |
| 08/2011 - 06/2015 | Gymnasiale Ausbildung mit zweisprachiger Matura am Gymnasium Thun <ul style="list-style-type: none">• Schwerpunkt Psychologie, Pädagogik und Philosophie• Zweisprachige Maturität Deutsch/Englisch |

ARBEITSERFAHRUNG UND ANSTELLUNGEN

- | | |
|-----------------------|---|
| 06/2024- heute | Leitung Ernährungskonzept AYUN (Teilzeit) <ul style="list-style-type: none">• Aufbau Ernährungskonzept für Longevity und Prävention• Nutrigenomics, Darmmikrobiom und personalisierte Supplemente |
| 04/2022- heute | Leitung Ernährungsberatung, Zentrum für integrative Onkologie (Teilzeit) <ul style="list-style-type: none">• Aufbau und Etablierung eines integrativen Ernährungskonzepts über 5 Standorte inkl. Teamleitung von drei weiteren Ernährungsberaterinnen seit 09/2023• Beratung von Personen mit Krebserkrankung |



- Einzelberatungen: Onkologische Erkrankungen, FODMAP, Mikrobiom, Adipositas, Reizdarm und Verdauungsbeschwerden

04/2020- heute Selbstständige Tätigkeit, Praxis Bauchgefühl (Flora and Flow GmbH)

- Weiterbildungen, Vorträge und Workshops mit Spezialgebiet Mikrobiom, Reizdarm sowie intuitiver Ernährung

04/2022- 06/2024 Universitätsspital Zürich Flughafen (Circle) (40% Beschäftigungsgrad)

- Ambulante Arbeit: FODMAP, Reizdarm, Spezialgebiet Mikrobiom, Mastzellaktivierungssyndrom, Histaminintoleranz, Übergewicht und bariatrische Chirurgie, antientzündliche Ernährung, Allergien.

10/2019 – 04/2022 Universitätsspital Zürich (80% Beschäftigungsgrad)

- Hauptverantwortlich für Fachgebiet Viszeralchirurgie und plastische Chirurgie
- Tandemverantwortung für Gastroenterologie und Rheumatologie

10/2019 – heute Universitätsspital Zürich (80% Beschäftigungsgrad)

- Hauptverantwortlich für Fachgebiet Viszeralchirurgie und plastische Chirurgie
- Tandemverantwortung für Gastroenterologie und Rheumatologie
- Ambulante Arbeit: FODMAP, NAFLD, Spezialgebiet Mikrobiom, Mangelernährung im Rahmen gastrointestinaler Tumore.

Zusatzmodul B Kantonspital Olten (5 Monate ab Mai 2019)

- Ernährungstherapie: Enterale- und parenterale Ernährung, akut Geriatrie, palliativ Care
- Ambulante Beratungen: Adipositas, Diabetes Typ 1 & 2, Pädiatrie

Zusatzmodul B Human Nutrition Unit, Auckland Neuseeland (5 Monate)

- Wissenschaftliche Mitarbeiterin bei der «Nuts and Dried Fruit Study» zur Prävention von Diabetes Typ 2
- Durchführen von klinischen Besuchstagen mit anthropometrischen Messungen, Fragebögen und Laborarbeit
- Planung und Durchführung einer Unterstudie zum Glykämischen Index verschiedener Menüs.

Praxismodule Diverse Einblicke in die stationäre, ambulante Arbeit, Homecare und Kinderspital



Vortragstätigkeit / Conflicts of interest

Vorträge

23.09.2021 Fortbildung Pharmaassistentinnen (Sanofi)

Leicht oder schwer verdaulich- Vom Darmmikrobiom, Ernährungstrends und Nahrungsergänzungsmittel mit Probiotika

4.10.2021 23.09.2021 Fortbildung Pharmaassistentinnen (Sanofi)

Facile ou difficile à digérer -Du microbiome intestinal aux tendances dans le domaine de la nutrition en passant par les compléments alimentaires à base de probiotiques

7.12.2022 Neuro Nurse Fortbildung (Novartis)

Multiple Sklerose und Ernährung

19.05.2022 Neuro Nurse Fortbildung 2022 (Roche)

Ernährung Mikrobiom und Multiple Sklerose

21.02.2023 Öffentlicher Vortrag (Praxis-eins-sein)

Ernährung und Mikrobiom

7.6.2024 Interner Vortrag PKZ (Pensionskasse Stadt Zürich)

Mikrobiomfreundliche und proteinreiche Ernährung

29.08.2024 Webinar Fortbildung für Fachpersonen SNGM (Swiss Neurogastro Motility Network)

Dietary Interventions in Food intolerances and functional Disorders

[Online recording](#)

10.04.2025 Webinar Fortbildung für Fachpersonen SMOB (Swiss Multidisciplinary obesity association)

The gut Microbiome a new perspective on Cancer and obesity

23.09.2025 Öffentlicher Vortrag (Akademie für Achtsamkeit und Resilienz)

Achtsame Ernährung und Lebensstilveränderungen

13.11.2025 Webinar Fortbildung für Fachpersonen (Viatis)

Ganzheitliche Ernährungstherapie beim Pankreaskarzinom

17.11.25 Webinar für Fachpersonen FFHS (Fernfachhochschule Schweiz)

Ernährungsexpertise kreativ nutzen. Von der Praxis zur Gründung

04.03.2026 Weiterbildung der Onkologiepflege Schweiz (Onkologiepflege Schweiz)



Beraten mit Kompetenz Praktische Tipps für die individualisierte Ernährungsberatung und Betreuung

Kongresse:

23.05.25 Nutrition 2025 St. Gallen

Mikrobiomfreundliche Ernährung in der Onkologie – wo geht die Reise hin?

30.10.25 Oncology Nurse Preceptorship 2025

Die Stillen Helfer im Darm – Ernährung und Mikrobiom in der Krebsbehandlung

28.11.2025 Online Kongress Relevantes aus der Diätologie (Verein zur Unterstützung der wissenschaftlichen Tätigkeit in der Ernährungsmedizin Graz)

Mikrobiomfreundliche Ernährung in der Onkologie

20.08.2026 Oncology Nurse Preceptorship 2026

Krebs aushungern? – Evidenz und Umsetzung von Fasten in der Krebsbehandlung

19.03.2026 ESIO Update Weiterbildung für integrative Onkologie (“European Society for Integrative Oncology”)

Krebs aushungern? – Evidenz und Umsetzung von Fasten in der Krebsbehandlung

Fernsehbeiträge

5.1.2024 PULS SRF Wissen Fernsehbeitrag (Schweizer Radio Fernseh SRF)

Gesunde Darmflora – Dank Probiotika und Präbiotika zum guten Mikrobiom

[Replay Youtube](#)

Podcasts

Durchblick: [Matcha-Mania: Ist das Trendgetränk überbewertet?](#)

Gsund im Grind: [Soll ich jetzt noch bei der Arbeit im Gesundheitswesen achtsam sein?](#)

Flora and Flow: [Alle Folgen](#)

Artikel und Interviews

Zeitlupe Magazin: [Zeitlupe 02/2025 Warum wir Bitteres nötig haben](#)



Myelompatienten Schweiz: [Ernährung beim Multiplen Myelom](#)

Zentrum für integrative Onkologie: [Alle Lebensmittel sind erlaubt: Ernährung bei Krebs](#)

20 Minuten [Fasten](#)

20 Minuten: [Matcha-Mania Wie gesund ist das Trendgetränk wirklich?](#)

Blue News (bluewin.ch): [Nach Kimchi und Kombucha – was taugen fermentierte Essenzen fürs Mikrobiom?](#)

Blue News (bluewin.ch): [Ernährungsberaterin schätzt ein: Matcha-Boom – was steckt hinter dem grünen Teegetränk?](#)

Femelle.ch: [Schmerz lass nach: Was hilft gegen Kater?](#)

Femelle.ch: [So viele Kalorien stecken in Alkohol](#)

Onlinekurse Patientenorganisation

MS Gesellschaft Schweiz

1 Monatiger Onlinekurs Mikrobiomfreundliche Ernährung bei MS

- Durchführung 2023 /2024/ 2025/ 2026

Antientzündliche Ernährung bei MS

- Durchführung 2025/ 2026