

Ernährung für Hochsensible

entspannt und gut versorgt durch den Alltag

Online Seminar

NATURHEILKUNDE



Wir alle sind jeden Tag mit zahlreichen Herausforderungen konfrontiert, mit denen wir uns auseinandersetzen. Vieles können wir wenig oder gar nicht beeinflussen. Doch unsere Ernährung haben wir in der Hand. Wenn wir es wollen.

In der heutigen Zeit wird eine Ernährung mit natürlichen Lebensmitteln immer schwieriger. Die Lebensmittelindustrie lockt mit zahlreichen Angeboten, auf die gerne zurückgegriffen wird. Diesen Versuchungen zu widerstehen, ist nicht immer ganz leicht und erfordert auch etwas Ernährungswissen. Für viele Menschen wird die Ernährung täglich schwieriger, nicht nur für hochsensible Personen.

Erfahren Sie, worauf gerade hochsensible Menschen in der Ernährung achten sollten, damit täglich ausreichend gute Nährstoffe vorhanden sind, die den Körper unterstützen und nicht schaden.

Was Sie in diesem Seminar erwartet:
Ein kurzer Einblick in die Hochsensibilität
Wieso verbrauchen HSP mehr Nährstoffe und warum?
Worauf sollten HSP bei der Lebensmittelauswahl achten?
Welche Lebensmittel insbesondere für HSP gut sind

Das Seminar ist geeignet für alle Berufsgruppen aus dem therapeutischen Kontext.

Dozent/in Gina Gurgul: Durch ihre Tätigkeit und Erfahrung als Fachberaterin für Ernährungsmedizin in hausärztlicher Praxis leitet Frau Gurgul ihre Seminare an der Paracelsus-Schule sehr praxisbezogen. Kenntnisse u.a. der Biochemie und Anatomie, die sie durch ihr Studium der Humanmedizin an der Charité Berlin erwerben konnten, runden die Inhalte der Seminare ab. Insbesondere der ernährungsmedizinische, ganzheitliche Ansatz ist aus ihrer Sicht besonders wichtig, um eine erfolgreiche Beratungspraxis zu führen, die sich mit den Fragestellungen unserer derzeitigen Ernährung beschäftigt. An der Paracelsus-Schule leitet Frau Gurgul u.a. die `Ausbildung zur/zum Ganzheitlichen Ernährungsberater/in` in Berlin und gibt Webinare, wie z.B. `Ernährungsbedingte Erkrankungen` oder `Ernährungsberatung für Kinder und Jugendliche`.

Termine:
Sa. 13.09.2025
14:00-19:00 Uhr

Preis:
130,- Euro *



Paracelsus
Gesundheitsakademie
Onlineunterricht
Tel. 0261-95252-0

Seminarnummer:
SSH111130925

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:



ONLINE

PARACELUSUS
die Gesundheitsakademien