

Chinesische Ernährungslehre

Grundlagen und Rezepte

BEAUTY / WELLNESS



Nahrungsmittel oder Arznei?

Die Beschäftigung mit der Ernährung zur Vorbeugung und Heilung von Erkrankungen hat in China eine lange Tradition und ist nur bedingt mit westlichen Diät- und Ernährungsempfehlungen zu vergleichen.

Die Chinesische Medizin betont die Kombination von Kräutermedizin und

Diättherapie; es ist manchmal schwierig zu unterscheiden, ob bestimmte Bestandteile als Arzneien oder als Nahrungsmittel verwendet werden. Nahrungsmittel werden in der chinesischen Medizin auf dieselbe Weise klassifiziert wie Heilkräuter - nach Geschmack, Geruch, Temperaturverhalten, Farbe und Konsistenz. Ferner hat die Zubereitungsform (Kochen, Dämpfen, Backen) einen Einfluss auf die Nahrungsenergie.

Im Grundlagenseminar werden alt erprobte Erfahrungswerte der Chinesischen Medizin vermittelt und Informationen über die Art und Weise gegeben, wie Nahrung den Körper nährt. Verdeutlicht werden soll auch, dass eine unangemessene Ernährung eine der Hauptursachen für Erkrankungen ist. Sowohl akute als auch chronische Erkrankungen können daher mit Ernährungs- und Kräutermedizin behandelt werden und sprechen - je nach Schwere und bereits bestehender Dauer - gut auf die Kombinationstherapie an.

Für Heilpraktiker/innen, -Anwärter/innen und weitere interessierte Berufsgruppen.

Dozent/in HP Sandra Keim: Jg. 1979. Sie ist Heilpraktikerin, Dozentin, medizinische Qigong-Lehrerin, Diätköchin (IHK) und Tuina-Massage-Praktikerin. Frau Keim absolvierte eine Ausbildung in chinesischer Kräuterheilkunde mit westlichen Kräutern. Ihre Ausbildung zur Heilpraktikerin durchlief sie an der Paracelsus Schule Bremen. Seit 2016 arbeitet sie erfolgreich in einer eigenen Praxis für Chinesische Medizin. Sie bildete sich fort in Schröpftherapie, Moxibustion und Gua Sha. Frau Keim gibt ihr Wissen mit viel Freude als Dozentin der Paracelsus-Schulen weiter. Ihr Ziel ist es, sowohl die Chinesische Medizin als auch die Philosophie des Buddhismus an unsere westlichen Lebensgewohnheiten anzupassen. Denn indem die Chinesische Medizin in unserem Boden Wurzeln schlägt, entwickelt sie sich weiter.

Termine:

Sa. 06.06.2026

15:30-18:30 Uhr

So. 07.06.2026

So. 28.06.2026

jew. 10:00-15:00 Uhr

Preis:

280,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Goethering 22-24
49074 Osnabrück
Tel. 0541 - 20 20 552**

Seminarnummer:

SSH27060626

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

