

TCM Diätetik

Referent: HP Ernst Urschitz, Rosenheim



Die Diätetik ist ein wesentlicher Pfeiler der TCM. Natürliche Arzneien und Nahrungsmittel bilden das Herzstück. Der Schwerpunkt der Heilmaßnahmen besteht aus individuell abgestimmten Gerichten und der dosierten und gemischten Anwendung von Nahrungsmitteln.

„Die körperliche Grundlage muss durch die Lebensmittel gesichert werden; der Weg, eine Krankheit zu heilen, führt über die Arzneidroge“ (chin. Schrift 7. Jhdt. n. Chr.). Nahrungsmittel werden ähnlich wie Kräuter in der TCM-Pharmakologie verwendet. Sie können begleitend zur Behandlung auch gezielt zur Verbesserung und Stabilisierung der Gesundheit beitragen.

Die Zuordnung der Lebensmittel in die „5 Elemente“ ermöglicht deren gezielten Einsatz bei der Ernährung. Geschmacksrichtung und Wirktenz der Nahrungsmittel helfen bei der Auswahl von Speisen bei Erkrankungen.

Die Ernährung nach den vier Jahreszeiten ermöglicht uns, die Ernährung dem jeweiligen Klima und seinen Veränderungen anzupassen und damit unsere Gesundheit gezielt über die Ernährung zu erhalten.

Dieses eintägige Seminar richtet sich an TeilnehmerInnen, die Grundlagen und genauere Kenntnisse der TCM-Diätetik erhalten möchten und diese Prinzipien auch an ihre Patienten im Sinne der Begleitung zur Behandlung und zur Gesunderhaltung weitergeben möchten. Grundkenntnisse der TCM und der TCM-Kräuterheilkunde werden vorausgesetzt.

Ein Begleitskript zu jedem Seminar kann während des Tages zu einer Gebühr von **€ 15,-** erworben werden. Als Ergänzung zum Seminar empfiehlt sich die Lektüre des Buches „Traditionelle Chinesische Medizin – Der andere Weg zum Gleichgewicht“ ISBN 978-3-74122-747-9, sowie „Traditionelle Chinesische Medizin – Behandlungsmethoden“ ISBN 978-3-74311-640-5.

Teilnehmerzahl: mind. 8 max. 12

Termin: 06. November 2020

Seminarort: OSZ, Weiglstr. 9, 80636 München

Uhrzeit: Freitag 10⁰⁰ – 17⁰⁰ Uhr

Seminargebühr: **€ 75,- ***

* **Nichtmitglieder** zuzüglich einer Verwaltungs- und Bearbeitungsgebühr von **€ 50,-**

* **Mitglieder** zuzüglich einer Verwaltungs- und Bearbeitungsgebühr von **€ 25,-** bei einer kurzfristigen Anmeldung ab 14 Tagen vor Seminarbeginn.