

Die Senioren- akademie für Natur- heilkunde

Programm 2019



Liebe Leserinnen und Leser

Die Seniorenakademie für Naturheilkunde (SENAK) hat es sich zum Ziel gesetzt, komplementärmedizinisches Wissen mit einer breiten Öffentlichkeit zu teilen. Die Veranstaltungen richten sich vor allem an Menschen in der zweiten Lebenshälfte und setzen keine medizinischen Kenntnisse voraus.

Unter dem Namen SENAK organisieren wir Kurse und Seminare für interessierte Menschen an der Komplementärmedizin. Es ist uns wichtig, mit fundierten Informationen, die Eigenverantwortung für das Wohlergehen des Einzelnen an Körper und Geist zu fördern und zu unterstützen. Viele der Informationen und erlebten Erfahrungen aus den verschiedenen Kursen und Seminaren lassen sich leicht in den persönlichen Alltag integrieren und tragen zu mehr Gesundheitsbewusstsein und Wohlergehen bei. Die Senak ist bisher in dieser Form in der Schweiz einzigartig. Sie ist aus der Leidenschaft, dem Engagement und der Freude zweier starker Partner entstanden:

Paramed Akademie bildet seit vielen Jahren Naturheilpraktiker in den Fachrichtungen Traditionelle Europäische Naturheilkunde (TEN), Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) sowie Tierheilpraktiker TEN und Tiertherapeuten aus. Die Schuladministration der Paramed Akademie gewährleistet mit ihrem langjährigen Knowhow Organisation, Administration und Durchführung der Veranstaltungen im Rahmen der SENAK.

Das Ambulatorium der Paramed vereint seit über 20 Jahren Schulmedizin und Naturheilkunde zum besten Wohl ihrer Patienten. 7 Ärzte und 13 Therapeuten erfahren täglich, dass sich immer mehr Menschen – vor allem Menschen in der zweiten Lebenshälfte – sehr für Naturheilkunde interessieren und mehr Eigenverantwortung für ihr persönliches Wohlergehen übernehmen möchten. Aus dem Ambulatorium kommen die Fachexpertise sowie die Inhalte der einzelnen SENAK Veranstaltungen. Die Referenten der Kurse und Seminare der SENAK sind hauptsächlich erfahrene Ärzte und Therapeuten des Paramed Ambulatoriums.

Wir freuen uns, Sie bei uns begrüßen zu dürfen.
Ihre Senak

Veranstaltungsübersicht 2019

**Unser Organorchester
in uns: Rhythmisches
System (Herz-Lunge)**

Seite 7

Organspende

Seite 8

**Gesundheit erhalten /
Prophylaxe im
fortgeschrittenen Alter**

Seite 9

**Heilpflanzen im
Jahresverlauf: 4. Winter**

Seite 10

**TCM Ernährung
leicht gemacht**

Seite 11

**Unser Organorchester in
uns: Magen-Darm System**

Seite 12

**Hausmittel bei einfachen
gesundheitlichen
Störungen**

Seite 13

**Lebensmittel, die unsere
Gesundheit unterstützen
und wie eine optimale
Verdauung unser
Immunsystem stärkt**

Seite 14

**Diabetes: Was die TCM
zur Stabilisierung und
Heilung der Krankheit
beitragen kann**

Seite 15

**Orthomolekulare
Medizin im Alter**

Seite 16

**Zeitenwende – Wende,
da unser Leben seine
«Anonymität»
verlieren wird**

Seite 17

**Unser Organorchester in
uns: Nieren-
Geschlechtsorgansystem**

Seite 18

**Heilpflanzenanwendung
im Wandel der Zeit**

Seite 19

Digitale Demenz

Seite 20

**Ba Duan Jin – 8 Brokate
Qi Gong**

Seite 21

**Unser Körper – Aufbau,
Funktionen und
Krankheiten**

Seite 22

**Unser Organorchester
in uns: Leber-Galle-
Pankreassystem**

Seite 23

**Fit in den Frühling
mit TCM Ernährung**

Seite 24

**Homöopathische
Taschenapotheke**

Seite 25

Farbtherapie für Kinder

Seite 26

Immunsystem

Seite 27

**Unser Organorchester in
uns: Neurologische und
infektiöse Erkrankungen**

Seite 28

**Naturphilosophie –
Diskussion mit
Dr. med. Jürg Hess**

Seite 29

**Fit im Alter durch
stärkende Heilpflanzen
der TCM**

Seite 30

**Kybernetik für Senioren
und Laien**

Seite 31

**Die chinesische
Hausapotheke**

Seite 32

**Alles nur Geschmacksache?
– Die Wirkung des
Geschmacks auf den
Organismus**

Seite 33

Wickel und Kompressen

Seite 34

**Heilpflanzen im
Jahresverlauf: 1. Frühling**

Seite 35

**Biologische Zahnmedizin
1. Vortrag: Wurzel-
behandelte Zähne
und Parodontitis**

Seite 36

**Küchenkraut/ Heilkraut
aus der Sicht der TCM**

Seite 37

**Biologische Zahnmedizin
2. Vortrag: Definitive
Versorgung – Implantation**

Seite 38

Bindegewebe

Seite 39

**Chinesische Weisheiten
und Lebensregeln, die
unser Sein positiv
beeinflussen**

Seite 40

TTouch for You

Seite 41

**Einbruch in die Freiheit.
Ist ein Leben ohne
Konditionierungen
möglich?**

Seite 42

**Biologische Zahmedizin
3. Vortrag: Definitive
Versorgung – Zahnersatz**

Seite 43

Ordnungstherapie

Seite 44

Mikronährstoffe im Alter

Seite 45

**Wie betreue ich eine
Wöchnerin**

Seite 46

**Heilpflanzen im
Jahresverlauf: 2. Sommer**

Seite 47

**Emotionen und wie sie
unsere Verdauung
beeinflussen**

Seite 48

**Weihrauch und Myrrhe
in der TCM**

Seite 49

**Wu Wei, Handeln durch
Nichthandeln: Die Kunst,
in Gelassenheit zu leben.**

Seite 50

Phytotherapie im Alltag

Seite 51

Unser Organorchester in uns: Rhythmisches System (Herz-Lunge)

**Anatomie und Physiologie des Organsystems
werden kurz erläutert.**

Das Hauptgewicht dieses Kurses liegt jedoch auf der Erklärung der Symbolik der jeweiligen Krankheitsbilder. «Warum erkrankt der Mensch an diesen speziellen Krankheitsbildern? Was hilft uns das symbolische Verstehen der einzelnen Krankheitsbilder für die Therapie?». Im Anschluss werden die wichtigsten therapeutischen Möglichkeiten und Anwendungen aus der Naturheilkunde dargestellt.

Kompetenzen nach diesem Kurs: Sie verstehen die Symbolik verschiedener Krankheitsbilder aus dem Themenkreis «Rhythmisches System (Herz-Lunge). Sie haben therapeutische Möglichkeiten und Anwendungen zur Behandlung solcher Krankheitsbilder kennengelernt.

Ort Paramed AG
Haldenstrasse 1
6340 Baar

Anmeldung 041 768 20 71
info@paramed-senak.ch
www.paramed-senak.ch

Referent Jürg Hess/Eva Lackner

Art 1 x Halbtage
à Stunden

Datum Dienstag, 8. Januar 2019
13.30–17.30 Uhr

Kosten 85.–

Organspende

In der heutigen Medizin ist die Organspende eine Selbstverständlichkeit. Wir alle werden angehalten, Spenderausweise zu tragen respektive unsere Organe zur Verfügung zu stellen.

Was bedeutet die Organspende für den Empfänger und welche Konsequenzen haben Organspenden für den Spender? Mit diesen spannenden Aspekten zum kontroversen Thema Organspende befassen wir uns intensiv.

Kompetenzen nach diesem Seminar: Sie kennen die wesentliche Bedeutung für den Organempfänger. Sie kennen die wesentlichen Konsequenzen für den Organspender. Sie sind in der Lage, sich zu diesem Thema eine eigene Meinung zu bilden.

Referent	Tom Moser
Art	1 Tagesseminar à 7 Stunden
Datum	Mittwoch, 9. Januar 2019 9–17 Uhr
Kosten	175.–

Gesundheit erhalten/ Prophylaxe im fortgeschrittenen Alter

Naturheilverfahren zur Pflege der Gesundheit. Gerade im reiferen Alter ist es wichtig, sich Gedanken über Gesundheitsvorsorge zu machen. «Wie kann ich meine Gesundheit erhalten?» ist eine Frage, mit der wir uns in diesem Seminar intensiv beschäftigen.

Sie erhalten organbezogene Tipps zur Selbstpflege. Entgiftung/ Ausleitungsverfahren. Homöopathie/Phytotherapie/Spagyrik. In diesem Seminar haben wir Zeit und die Gelegenheit, auch auf individuelle Anliegen der Teilnehmenden einzugehen.

Kompetenzen nach diesem Seminar: Sie kennen verschiedene naturheilkundliche Verfahren zur Erhaltung und Pflege Ihrer Gesundheit.

Referent	Eva Lackner
Art	3 x 3 Stunden Seminar
Datum	Jeweils Mittwochs 15. Januar 2019 29. Januar 2019 12. Februar 2019 9–12 Uhr
Kosten	72.– pro Seminar 216.– für alle

Heilpflanzen im Jahresverlauf: 4. Winter

Der Winter ist die Zeit der Einkehr, stellt aber auch grosse Herausforderungen an unsere Gesundheit. Unser Organismus wird gefordert, ein funktionierendes Immunsystem aufrecht zu erhalten, damit weder Viren noch Bakterien eine Angriffsfläche bekommen und wir ohne synthetische Arzneimittel die schönen Seiten dieser kalten Jahreszeit geniessen können.

Im Theorieteil dieses Kurses befassen wir uns mit wärmenden und stärkenden Aspekten aktueller Heilpflanzen und stellen im Praxisteil ein jahreszeitlich stimmiges und gesundheitsförderndes Produkt her.

Kompetenzen nach diesem Seminar: Sie kennen die wichtigsten Heilpflanzen, welche uns wärmen und unser Immunsystem im Winter stärken. Sie kennen Anwendungsmöglichkeiten für diese Heilpflanzen.

Referent	Susanne Kobel
Art	1 x Tagesseminar à 7 Stunden
Datum	Dienstag, 15. Januar 2019 9–17 Uhr
Kosten	185.–

TCM Ernährung leicht gemacht

In diesem Kurs vertiefen wir die Grundlagen der TCM Ernährung. In einfachen, praxisbezogenen Beispielen lernen wir die häufigsten Disharmonien kennen und wie wir sie mit unserer Ernährung beeinflussen können: Allgemeine Empfehlungen zur TCM Ernährung, Die Küche – ein Ort der Kraft, Rohkost kontra Gekochtes, wie stärken wir unser Magenfeuer, Essen nach der Organuhr, saisonale / regionale / Bio-Lebensmittel.

Kompetenz nach dem Kurs: Sie können die Prinzipien der TCM Ernährung leicht in Ihren Alltag integrieren. Sie kennen die Bedeutung des Magenfeuers und können einfache Beispiele nennen, um dieses zu stärken. Die häufigsten Verdauungsbeschwerden können Sie in Yin oder Yang, Hitze oder Kälte einteilen. Sie wissen, worauf Sie bei der Lebensmittelauswahl achten, kennen die Vorteile der saisonalen und regionalen Nahrungsmittel aus der Sicht der TCM. Sie können Speisen und Gerichte gezielt für Ihre Konstitution zusammenstellen.

Voraussetzung: 2-Tageskurs Grundlegendes zur TCM Ernährung

Referent	Cécile Künzli-Zangger
Art	4-Tageskurs à 7 Stunden
Datum	Jeweils Mittwochs 16. Januar 2019 6. Februar 2019 13. Februar 2019 20. Februar 2019 9–17 Uhr
Kosten	622.–

Unser Organorchester in uns: Magen-Darm System

Anatomie und Physiologie des Organsystems werden kurz erläutert.

Das Hauptgewicht dieses Kurses liegt jedoch auf der Erklärung der Symbolik der jeweiligen Krankheitsbilder. «Warum erkrankt der Mensch an diesen speziellen Krankheitsbildern? Was hilft uns das symbolische Verstehen der einzelnen Krankheitsbilder für die Therapie?».

Im Anschluss werden die wichtigsten therapeutischen Möglichkeiten und Anwendungen aus der Naturheilkunde dargestellt.

Kompetenzen nach dem Kurs: Sie verstehen die Symbolik von Krankheitsbildern des Magen-Darm-Systems und kennen therapeutische Anwendungsmöglichkeiten.

Referent Jürg Hess/Eva Lackner

Art 1 x Halbttag
à 4 Stunden

Datum Dienstag, 22. Januar 2019
13.30–17.30 Uhr

Kosten 85.–

Hausmittel bei einfachen gesundheitlichen Störungen

Schnupfen, Halsschmerzen, Prellungen, oder eine leichte Verbrennung durch spritzendes Öl beispielsweise, kennen wir alle. Es gibt wunderbare Hausmittel, mit denen wir solche einfachen gesundheitlichen Störungen behandeln können.

Unsere Urgrossmütter wussten noch um die lindernde Wirkung von Bädern, Wechselgüssen, Trockenbürsten, Inhalationen, Einreibungen und Massagen, Salbenverbände, Wickel, Kompressen und Auflagen. Sie erfahren, mit welchen Hausmitteln sich einfache gesundheitliche Störungen gut behandeln lassen.

Kompetenzen nach dem Vortrag: Sie kennen die bewährten Hausmittel bei einfachen gesundheitlichen Störungen und können diese zur Selbstbehandlung einsetzen.

Referent Tom Moser

Art Vortrag
à 3 Stunden

Datum Mittwoch, 23. Januar 2019
9–12 Uhr

Kosten 72.–

Lebensmittel, die unsere Gesundheit unterstützen und wie eine optimale Verdauung unser Immunsystem stärkt

und wie eine optimale Verdauung unser Immunsystem stärkt

Warum gelten Beeren als wahre Gesundheitsquellen?
Wieso sollten uns gute Fette körperlich und geistig helfen?
Welche Gewürze kann ich zur Unterstützung meiner Gesundheit einsetzen? Jeder kann mit der Wahl der täglichen Lebensmittel einen wichtigen Beitrag für sein körperliches Wohlbefinden, genügende Energiezufuhr und geistige Vitalität leisten. Eine optimale Ernährung hilft unserer Darmflora, unserer Verdauung und unserem Immunsystem.

Der Darm enthält 80% unseres Immunsystems und besitzt eine Verbindung zu Leber, Nervensystem und Gehirn. Deshalb ist unser Darm eine zentrale Stelle für unser Wohlbefinden. In diesem Seminar werden wir uns mit den Fragen und Informationen zum Thema optimale Ernährung und Immunsystem auseinandersetzen.

Kompetenzen nach dem Seminar: Sie sind in der Lage, mit einfachen Mitteln Ihre Gesundheit zu fördern und zu unterstützen.

Referent	Sara Läubli-Medina
Art	2 x Halbtagesseminar à 3 Stunden
Datum	Jeweils Mittwochs 23. Januar 2019 30. Januar 2019 13.30–16.30 Uhr
Kosten	145.–

Diabetes: Was die TCM zur Stabilisierung und Heilung der Krankheit beitragen kann

Die schulmedizinische Behandlung der Stoffwechselkrankheit Diabetes wird in China häufig mit chinesischer Medizin kombiniert. Dies trägt nicht nur zur Stabilisierung der Krankheit bei, sondern kann auch Begleitsymptome wie eine veränderte Schmerzempfindung, Kribbeln und Taubheit in den Gliedmassen, Augenproblematiken, etc. lindern sowie zu mehr Energie und Antrieb verhelfen.

Kompetenzen nach diesem Vortrag: Sie haben erfahren, was Diabetes in der TCM bedeutet und wodurch nach dem Wissen der TCM die Stoffwechselerkrankung ausgelöst wird. Sie erhalten Grundwissen über die Diabetes Therapie mit TCM.

Referent	Cindy Huber
Art	1 Vortrag à 4 Stunden
Datum	Dienstags, 29. Januar 2019 13–17 Uhr
Kosten	85.–

Orthomolekulare Medizin im Alter

Die Orthomolekulare Medizin befasst sich mit den Vitalstoffen, Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen und flankierenden Themen wie zum Beispiel essentielle Aminosäuren und essentielle Fettsäuren.

Altersbedingt verändern sich die Verdauungsfunktionen und die Stoffwechselfunktionen. Dadurch wird die Aufnahme und Verarbeitung der Vitalstoffe wesentlich verändert. Mögliche Themen die daraus entstehen: Osteoporose, Durchblutungsstörungen, Müdigkeit, Schlafstörungen, usw. Was braucht es für ein Better Aging?

Referent Tom Moser

Art 2-Tageskurs
à 7 Stunden

Datum Jeweils Dienstags
29. Januar 2019
5. Februar 2019
9–17 Uhr

Kosten 320.–

Zeitenwende – Wende, da unser Leben seine «Anonymität» verlieren wird

Vortrag über die kulturhistorische Veränderung des Menschen und die daraus folgernde Verantwortlichkeit für jeden von uns.

Wir leben in einer Zeit, da eine Krise (Weltwirtschaftskrise, Umweltkrise, Gesundheitspolitikkrise, pädagogische Krise, Beziehungskrisen, usw.) in schwindelerregender Geschwindigkeit die nächste jagt und niemand sich die Zeit nimmt, sich überlegte Fragen zu stellen, geschweige denn, noch Antworten darauf zu suchen. Das Neue an den heutigen Krisen ist, dass es praktisch für keine, einen aus der Vergangenheit hergeholten Lösungsansatz gibt, der wirklich eine Lösung darstellt.

Wir scheinen auf unserer Welt an einem Punkt zu stehen, wo Altes ausgedient hat und Neues noch nicht fassbar ist; also sozusagen in einem chaotischen Zwischenzustand.

Was da für Gesetzmässigkeiten gelten oder eben verlassen werden müssen, dies soll der Inhalt dieses Vortrages sein. Dabei ist es wichtig, dass wir, in die Krise involvierten Menschen, unsere in der Masse der Gesellschaft etablierte Anonymität verlassen und Verantwortung für uns selbst, unserem Leben und dann der Welt gegenüber übernehmen. Wie dies geschehen könnte, ist Inhalt dieses Vortrages.

Referent Jürg Hess

Art 1 x Halbtage
à 4 Stunden

Datum Mittwoch, 30. Januar 2019
13.30–17.30 Uhr

Kosten 85.–

Unser Organorchester in uns: Nieren- Geschlechtsorgansystem

Anatomie und Physiologie des Organsystems werden kurz erläutert.

Das Hauptgewicht dieses Kurses liegt jedoch auf der Erklärung der Symbolik der jeweiligen Krankheitsbilder. «Warum erkrankt der Mensch an diesen speziellen Krankheitsbildern? Was hilft uns das symbolische Verstehen der einzelnen Krankheitsbilder für die Therapie?».

Im Anschluss werden die wichtigsten therapeutischen Möglichkeiten und Anwendungen aus der Naturheilkunde dargestellt.

Kompetenzen nach diesem Kurs: Sie verstehen die Symbolik von Krankheitsbildern des Nieren-Geschlechtsorgansystems und kennen therapeutische Anwendungsmöglichkeiten.

Referent Jürg Hess/Eva Lackner

Art 1 x Halbttag
à 4 Stunden

Datum Dienstag, 5. Februar 2019
13.30–17.30 Uhr

Kosten 85.–

Heilpflanzenanwendung im Wandel der Zeit

So wie sich über die vergangenen Jahrhunderte unser Lebensstil, Mode, Kultur, usw. verändert haben, so viel Veränderung gab es auch beim Einsatz und der Anwendung von Heilpflanzen.

So manche Pflanze, welche von unseren Vorfahren sehr erfolgreich zur Linderung und Heilung verschiedener Krankheiten eingesetzt wurde, ist inzwischen in Vergessenheit geraten. In diesem Seminar werden wir die Vergangenheit wieder aufleben lassen und uns mit den vergessenen, aber wirksamen Heilpflanzen beschäftigen. Im Praxisteil des Seminars stellen wir ein gesundheitsförderndes Produkt aus diesen «alten» Heilpflanzen her.

Kompetenzen nach diesem Seminar: Sie kennen wichtige «vergessene» Heilpflanzen und ihre Anwendungsmöglichkeiten.

Referent Susanne Kobel

Art 1 x Tagesseminar
à 7 Stunden

Datum Dienstag, 12. Februar 2019
9–17 Uhr

Kosten 185.–

Digitale Demenz

Wie hat die Digitalisierung unser Leben verändert?
Was sind analoge Nativs, was sind digitale Nativs?
Eine spannende Auseinandersetzung mit der
«New Technology Generation». Wie unterscheidet
sich das heutige Lernverhalten durch die Digitalisierung
gegenüber dem Lernverhalten von gestern?

Kompetenzen nach dem Vortrag: Sie kennen die wesentlichen
Faktoren des Lernverhaltens. Sie kennen die Konsequenzen
der Digitalisierung auf das menschliche Lernverhalten. Sie sind
in der Lage, sich zu diesem Thema eine Meinung zu bilden.

Referent	Tom Moser
Art	Vortrag à 3 Stunden
Datum	Mittwoch, 13. Februar 2019 9–12 Uhr
Kosten	72.–

Ba Duan Jin – 8 Brokate Qi Gong

Die Acht edlen Übungen sind eine Abfolge von den
klassischen daoistischen Übungssequenzen, die in
China seit Jahrhunderten sehr beliebt sind.

Sowohl in China als auch in anderen Teilen der Welt werden
die Übungen unabhängig von Alter, Herkunft sowie von
weltanschaulichem oder religiösem Hintergrund in unterschiedlichen
Varianten praktiziert.

Körperliche Wirkung: Stärkung des gesamten Körpers, Aufbau der
wichtigen Stütz- und Haltemuskulatur. Stärkung von Knochenstruktur,
Knochendichte und der Gelenke. Sehnen und Bänder werden
beweglicher und geschmeidiger. Stärkung der Haltung und des
Rückens. Verbesserte und tiefere Atmung. Anregung der Durchblutung
von Organen und der Gliedmassen. Die Abwehrkraft des Immunsys-
tems wird angeregt und gefördert.

Energetische und Mentale Wirkung: Dehnung und Aktivierung der
Meridiane. Die inneren Organe werden gestärkt. Körper und Geist
werden ausgeglichen. Entspannung und bessere Stressbewältigung.
Wecken Sie auf sanfte Art Ihre eigene Qi-Energie!

Referent	Pasquale d'Amelio
Art	8 x 1/2 Tageskurs à 4 Stunden
Datum	Jeweils Mittwochs 13. Februar 2019 20. Februar 2019 27. Februar 2019 6. März 2019 13. März 2019 20. März 2019 27. März 2019 3. April 2019 13–17 Uhr
Kosten	720.–

Unser Körper – Aufbau, Funktionen und Krankheiten

Dieser Kurs ist für medizininteressierte Laien konzipiert, die sich ein gutes Wissen über die physiologischen und pathologischen Vorgänge im Körper aneignen möchten.

Sie lernen fundiert die physiologischen und pathologischen Grundlagen des Körpers kennen. Es wird Ihnen auch aufgezeigt, wie Sie in Notfallsituationen adäquat reagieren. Das vernetzte Denken von Schulmedizin und Naturheilkunde wird vermittelt, ebenso werden praktische Fälle besprochen, um Zusammenhänge deutlicher zu machen.

Kompetenzen nach dem Kurs: Sie haben ein gutes Verständnis für den Aufbau, die Funktionsweise sowie häufige Krankheitsgeschehen im menschlichen Körper. Sie sind in der Lage, in Notfallsituationen adäquat zu reagieren.

Referent	«Yvonne Peter
Art	15 x Tagesseminar à 7 Stunden
Datum	Jeweils Samstags 16. Februar 2019 2. März 2019 30. März 2019 13. April 2019 4. Mai 2019 25. Mai 2019 15. Juni 2019 24. August 2019 7. September 2019 21. September 2019 5. Oktober 2019 19. Oktober 2019 2. November 2019 16. November 2019 30. November 2019 9–17 Uhr
Kosten	3570.–

Unser Organorchester in uns: Leber-Galle-Pankreassystem

Anatomie und Physiologie des Organsystems werden kurz erläutert.

Das Hauptgewicht dieses Kurses liegt jedoch auf der Erklärung der Symbolik der jeweiligen Krankheitsbilder. «Warum erkrankt der Mensch an diesen speziellen Krankheitsbildern? Was hilft uns das symbolische Verstehen der einzelnen Krankheitsbilder für die Therapie?».

Im Anschluss werden die wichtigsten therapeutischen Möglichkeiten und Anwendungen aus der Naturheilkunde dargestellt.

Kompetenzen nach diesem Kurs: Sie verstehen die Symbolik verschiedener Krankheitsbilder aus dem Themenkreis Leber-Galle-Pankreassystem. Sie haben therapeutische Möglichkeiten und Anwendungen zur Behandlung solcher Krankheitsbilder kennengelernt.

Referent	Jürg Hess/Eva Lackner
Art	1 x Halbtage à 4 Stunden
Datum	Dienstag, 19. Februar 2019 13.30–17.30 Uhr
Kosten	85.–

Fit in den Frühling mit TCM Ernährung

Mit Schwung und Elan in den Frühling starten. Sie erhalten einen Einblick in die TCM Frühlings-Ernährung sowie Tipps zum passenden Lebensstil im Frühling. Wie wecken wir unseren Körper aus dem Winterschlaf? Wie umgehen wir geschickt die berühmte Frühjahrsmüdigkeit? Aus Sicht der TCM erfahren Sie, wie Sie Ihren Körper auf die wärmere Jahreszeit einstimmen können.

Kompetenzen nach dem Kurs: Sie kennen Ernährungs- und Lebensstil-Tipps und können diese gezielt in Ihren Alltag einbauen.

Referent	Cécile Künzli-Zangger
Art	1-Tageskurs à 7 Stunden
Datum	Dienstag, 26. Februar 2019 9–17 Uhr
Kosten	175.–

Homöopathische Taschenapotheke

Die Homöopathie ist eine in den letzten Jahren zunehmend gefragte Therapieform. Sie wurde vor über 200 Jahren von dem deutschen Arzt Samuel Hahnemann entdeckt und etabliert. Es ist vielen Menschen mittlerweile ein Anliegen, einfache gesundheitliche Störungen selber mit homöopathischen Mitteln zu behandeln.

Kompetenzen: Sie kennen die Indikation und Grenzen der Homöopathie. Sie können homöopathische Mittel korrekt dosieren und anwenden. Sie kennen verschiedene homöopathische Mittel und wissen, wann und wie Sie diese einsetzen können.

Referent	Sabrina Garcia Santos
Art	1 x Halbtage à 3 Stunden
Datum	Mittwoch, 27. Februar 2019 9–12 Uhr
Kosten	72.–

Farbtherapie für Kinder

Farben begleiten uns auf unserem Lebensweg. Sie haben einen grossen Einfluss auf unser Leben. Unsere Sinne werden von ihnen beherrscht und unser Gemütszustand wird von den uns umgebenden Farben beeinflusst.

Doch Farben bergen noch viel mehr Geheimnisse. So können wir Farben auch für Kinder bei Erkrankungen wie Erkältung, Verstopfung, Schlafstörungen, Schmerzen und vielem mehr einsetzen. Sie erfahren in diesem Kurs, wo am Körper mit welchen Farben sich Alltagsbeschwerden positiv beeinflussen und lindern lassen.

Kompetenzen nach dem Kurs: Sie kennen die 7 Chakra Farben, sie haben ein kleines Grundwissen in der TCM erworben, Sie kennen verschiedene Akupunkturpunkte, Sie können abschätzen, welche Behandlung bei verschiedenen Erkrankungen des Kindes sinnvoll sind.

Referent Cornelia Wenzin Dariz

Art 1-Tageskurs
à 7 Stunden

Datum Dienstag, 5. März 2019
9–17 Uhr

Kosten 175.–

Immunsystem

Das Immunsystem des Menschen ist verantwortlich für die Individualität des Körpers.

Das Immunsystem altert auch und die bis dahin selbstverständliche Funktion wird plötzlich in Frage gestellt. Mannigfaltige Störungen wie Allergien, Autoimmunerkrankungen Infektanfälligkeit zeigen mögliche Regulationsstörungen des Immunsystems auf. Wir beschäftigen uns in diesem Kurs intensiv mit der Funktionsweise des Immunsystems und den Gründen, warum es aus dem Gleichgewicht gerät. Möglichkeiten und Massnahmen werden aufgezeigt, um Regulationsstörungen des Immunsystems zu korrigieren.

Kompetenzen nach dem Kurs: Sie kennen die wesentlichen Faktoren, um das Immunsystem im Alter bei optimaler Funktion zu halten. Sie kennen Mittel und Massnahmen, um Regulationsstörungen des Immunsystems zu korrigieren. Sie kennen die flankierenden Lebensthemen, die das Immunsystem stressen.

Referent Tom Moser

Art 2-Tageskurs
à 7 Stunden

Datum Jeweils Dienstags
12. März 2019
19. März 2019
9–17 Uhr

Kosten 320.–

Unser Organorchester in uns: Neurologische und infektiöse Erkrankungen

Die Symptomatik verschiedener neurologischer Erkrankungen wie z.B. Multiple Sklerose, Parkinson, Alzheimer, usw. sowie infektiöser Erkrankungen wie z.B. Borreliose, Pfeiffer'sches Drüsenfieber, Kinderkrankheiten, usw. werden kurz erläutert.

Das Hauptgewicht dieses Kurses liegt jedoch auf der Erklärung der Symbolik der jeweiligen Krankheitsbilder. «Warum erkrankt der Mensch an diesen speziellen Krankheitsbildern?» «Was hilft uns das symbolische Verstehen der einzelnen Krankheitsbilder für die Therapie?». Im Anschluss werden die wichtigsten therapeutischen Möglichkeiten und Anwendungen aus der Naturheilkunde dargestellt.

Kompetenzen nach diesem Kurs: Sie verstehen die Symbolik verschiedener Krankheitsbilder aus dem neurologischen und infektiösen Themenkreis. Sie haben therapeutische Möglichkeiten und Anwendungen zur Behandlung solcher Krankheitsbilder kennengelernt.

Referent	Jürg Hess/Eva Lackner
Art	1 x Halbtage à Stunden
Datum	Dienstag, 12. März 2019 13.30–17.30 Uhr
Kosten	85.–

Naturphilosophie – Diskussion mit Dr. med. Jürg Hess

Offene Diskussion mit Dr. J. Hess über: «Was ich schon immer wissen wollte.» Themen werden von den Teilnehmern frei gewählt: Medizin, Psychologie, Philosophie, Pädagogik, virtuelle Welten, kulturgeschichtliches Weltgeschehen, Umweltbelastungen, usw.

Es wird versucht, aufgrund kybernetischer, chaostheoretischer, biographischer und kulturhistorischer Sicht ein tieferes Verständnis von dem zu erheben, was ist und nach Wegen der Lösungen zu suchen.

Referent	Jürg Hess
Art	3 x Diskussion à 3 Stunden
Datum	Jeweils Dienstags 19. März 2019 9. April 2019 7. Mai 2019 13.30–17.30 Uhr
Kosten	CHF 72.– pro Diskussion CHF 216.– für alle.

Fit im Alter durch stärkende Heilpflanzen der TCM

Die Kunst, Langlebigkeit zu erlangen, war eine Spezialdisziplin der Daoisten. So wurden in der antiken chinesischen Hochkultur sämtliche Methoden entwickelt, um den Organismus zu stärken, die Lebensgeister zu nähren und Krankheiten vorzubeugen. Damit erreichte so mancher Gelehrte bereits vor mehr als 2000 Jahren ein stolzes Alter von über 100 Jahren.

Ein wichtiger Bestandteil dieses Wissens ist die Pflanzenmedizin. Sie soll dem Körper gezielt Energie zuführen, die Knochen, Muskeln und das Gedächtnis stärken und es den Menschen ermöglichen, lange aktiv zu bleiben. Zudem soll der Körper resistenter gegen schädliche äussere pathologische Einflüsse gemacht werden. In diesem Seminar werden Ihnen die wichtigsten stärkenden Pflanzen und ihre Wirkung vorgestellt.

Kompetenzen nach diesem Seminar: Sie kennen die wichtigsten stärkenden Pflanzen und ihre Anwendungsmöglichkeiten in der Traditionellen Chinesischen Medizin.

Referent	Cindy Huber
Art	3 x 1/2 Tagesseminar à 4 Stunden
Datum	Jeweils Mittwochs 20. März 2019 27. März 2019 3. April 2019 9–13 Uhr
Kosten	255.–

Kybernetik für Senioren und Laien

Gesetzmässigkeiten und Regelfunktionen in unserem Leben und wie diese unser Leben und unser Kranksein bedingen und beeinflussen. Was läuft auf unserer Welt seit Hunderten von Jahren falsch und wie verhält sich unser Geist, unsere Seele und unser Leib dazu? Weshalb stoppt der Mensch diese Entwicklung nicht? Warum lässt er sich lieber durch Bequemlichkeit in den Abgrund steuern, als sich auf seine rebellischen Fähigkeiten zu besinnen? Warum nehmen Krebs, Allergien und Autoimmunerkrankungen in allen Altersklassen so gigantisch zu?

Kompetenzen nach dem Kurs: Sie lernen die Regelkreissysteme unseres Lebens zu verstehen.

Referent	Jürg Hess
Art	5 x Halbtage à 4 Stunden
Datum	Jeweils Dienstags 2. April 2019 16. April 2019 30. April 2019 14. Mai 2019 21. Mai 2019 13.30–17.30 Uhr
Kosten	420.–

Die chinesische Hausapotheke

Hausapotheke Küchenschrank? Dieser Kurs gibt Ihnen einen Einblick in die Schätze der TCM und wie Sie Ihren Küchenvorrat als Hausapotheke nutzen können.

Sie erfahren, wie sich der ganz normale Küchenvorrat als Hausmittel bei Alltagsbeschwerden verwenden lässt.

Wir werden uns mit den Themen wiederkehrende Infekte, Blutaufbau, Schmerzen, Prellungen, Insektenstiche, Verdauungsprobleme, usw. befassen.

Kompetenzen nach diesem Kurs: Sie kennen die Möglichkeiten, mit einfachen Hausmitteln Alltagsbeschwerden zu lindern und Ihr Wohlbefinden zu verbessern.

Referent Cécile Künzli-Zangger

Art 2-Tageskurs
à 7 Stunden

Datum Jeweils Dienstags
9. April 2019
30. April 2019
9–17 Uhr

Kosten 320.–

Alles nur Geschmacksache? Die Wirkung des Geschmacks auf den Organismus

Wir alle kennen Menschen, die eine ausgesprochene Leidenschaft für Süßes zeigen. Wiederum wundern wir uns gelegentlich darüber, dass Jemand alles liebt, das bitter schmeckt. Die besondere Vorliebe für die eine oder andere Geschmacksrichtung hat viel mit deren Wirkung auf den Organismus zu tun.

Wir lernen in diesem Seminar welche Wirkung der Geschmack (süß-sauer-bitter-herb-usw.) auf den Organismus hat. Wir werden dieses Wissen nicht nur theoretisch erarbeiten, sondern auch mittels Degustationen erfahrbar machen.

Kompetenzen nach diesem Seminar: Sie kennen die Wirkung der verschiedenen Geschmacksrichtungen auf den Organismus.

Referent Susanne Kobel

Art 1 x Tagesseminar
à 7 Stunden

Datum Mittwoch, 10. April 2019
9–17 Uhr

Kosten 175.–

Wickel und Kompressen

Wickel und Kompressen sind alte, bewährte Massnahmen, um im Krankheitsfall die Heilung zu unterstützen und Symptome zu lindern.

Viele unserer Nahrungs- und Hausmittel lassen sich sehr gut in Form von Wickeln und Kompressen zur Linderung verschiedener Beschwerden einsetzen. Wir besprechen die wichtigsten Anwendungsgebiete von Wickeln und Kompressen, aber auch die Grenzen dieser Therapieform.

Kompetenzen nach dem Kurs: Sie kennen die wichtigsten Wickel und Kompressen und können sie bei Bedarf anwenden. Sie kennen die Möglichkeiten und Grenzen dieser therapeutischen Massnahme.

Referent	Tom Moser
Art	1 Tagesseminar à 7 Stunden
Datum	Dienstag, 16. April 2019 9–17 Uhr
Kosten	175.–

Heilpflanzen im Jahresverlauf: 1. Frühling

Im Frühjahr stehen alle biologischen Uhren auf Erneuerung und es heisst, winterlichen Ballast abzuwerfen. Klassische Heilpflanzen, die diesen Prozess unterstützen sind Birke, Brennnessel und viele andere mehr.

Im Theorieteil besprechen wir diese saisonalen Pflanzen und besuchen einige davon in Ihrem natürlichen Habitat. Im Praxisteil stellen wir gemeinsam ein gesundheitsförderndes Produkt aus den gesammelten Heilpflanzen her.

Kompetenzen nach diesem Seminar: Sie kennen die wichtigsten Heilpflanzen in unserer Umgebung, deren gesundheitsfördernde Wirkungen uns vor allem im Frühjahr bestens dienen.

Referent	Susanne Kobel
Art	1 x Tagesseminar à 7 Stunden
Datum	Mittwoch, 17. April 2019 9–17 Uhr
Kosten	185.–

Biologische Zahnmedizin

1. Vortrag: Wurzelbehandelte Zähne und Parodontitis

Wurzelbehandelte Zähne und Parodontitis

Nach einer Einführung in die biologische Zahnmedizin, befassen wir uns bei diesem Vortrag mit den Themen: Die Veränderungen unserer Umwelt. Zusammenhänge zwischen dentalen Belastungen und chronischen Erkrankungen; wie lassen sich diese Zusammenhänge erklären. Sympathikus-Parasympathikus. Einige Mechanismen oraler Störungen. Meridiansystem und Organbezug.

Kompetenzen nach diesem Vortrag: Sie kennen die Zusammenhänge zwischen dentalen Belastungen und chronischen Erkrankungen.

Referent Marcus Schupmann

Art 1 x Vortrag
90 Minuten

Datum Mittwoch, 17. April 2019
14–15.30 Uhr

Kosten 34.–

Küchenkraut/Heilkraut aus der Sicht der TCM

«Kleine Ursache - grosse Wirkung»

Küchenkräuter und Gewürze haben in unserer westlichen Tradition seit Jahrhunderten ihren Platz. Wir stellen Ihnen Petersilie und Co. mit ihren Wirkungsspektren aus Sicht der Chinesischen Medizin vor. Sie erhalten Tipps und Anleitungen, wie man sie als Tee, in Kraftsuppen oder beim Kochen verwenden kann, um ihre gesundheitsfördernde Wirkung zu nutzen.

Kompetenzen nach diesem Kurs: Sie kennen die gängigsten Küchenkräuter aus Sicht der TCM und können diese gezielt in Ihrem Küchenalltag einsetzen.

Referent Cécile Künzli-Zangger

Art 1-Tageskurs
à 7 Stunden

Datum Mittwoch, 1. Mai 2019
9–17 Uhr

Kosten 175.–

Biologische Zahnmedizin

2. Vortrag: Definitive Versorgung – Implantation

Definitive Versorgung – Implantation

In diesem Vortrag befassen wir uns mit dem Thema Implantation aus Sicht der biologischen Zahnmedizin. Schwerpunkte werden sein: Extraktion. Separate Entfernung einer Zyste oder eines Fremdkörpers. Ozonbehandlung. A-PRF, I-PRF. Keramik Implantate aus der Hightechkeramik Zirkoniumoxid. Spätimplantation. biologische Knochenaufbaumassnahmen.

Kompetenzen nach diesem Vortrag: Sie kennen die neuesten Entwicklungen und Möglichkeiten der biologischen Zahnmedizin im Zusammenhang mit Implantation

Referent Marcus Schupmann

Art 1 x Vortrag
90 Minuten

Datum Mittwoch, 1. Mai 2019
14–15.30 Uhr

Kosten 34.–

Bindegewebe

Das Bindegewebe spielt eine zentrale Rolle im Körper. Durch Alterungsprozesse wird auch die Funktion des Bindegewebes stark in Mitleidenschaft gezogen.

Wir beschäftigen uns mit dem Aufbau und der Bedeutung des Bindegewebes für die Gesunderhaltung des Körpers. Krankheitsbilder wie Arthrose, Organsenkungen, Arteriosklerose, Fibromyalgie, usw. sind mögliche Folgen von schwachem Bindegewebe.

Kompetenzen nach diesem Seminar: Sie kennen die massgeblichen Faktoren für ein gesundes Bindegewebe im Alter. Sie kennen Mittel und Massnahmen, die das Bindegewebe gesund erhalten. Sie kennen weiterführende Massnahmen, um das Bindegewebe in seiner Funktion zu erhalten, respektive die Funktion zu verbessern.

Referent Tom Moser

Art 1 Tagesseminar
à 7 Stunden

Datum Dienstag, 7. Mai 2019
9–17 Uhr

Kosten 175.–

Chinesische Weisheiten und Lebensregeln, die unser Sein positiv beeinflussen

China ist für seine über 5000 Jahre alte Kultur, die grosse Philosophen, Denker und Dichter hervorbrachte, bekannt.

Die Gelehrten befassten sich mit den Lebensaufgaben des Menschen, der Harmonie in der Gesellschaft, der reinen Form des Geistes, der Gesunderhaltung des Körpers und vielem mehr. In diesem Vortrag sprechen wir über den Sinn von schönen, lehrreichen und aussagekräftigen chinesischen Weisheiten, die unser Dasein positiv beeinflussen.

Referent Cindy Huber

Art 1 Vortrag
à 2 Stunden

Datum Mittwoch, 8. Mai 2019
14–16 Uhr

Kosten 43.–

TTouch for You

Eine achtsame Methode für die Hilfe zur Selbsthilfe

Linda Tellington entwickelte die Tellington TTouch for You Methode, welche sowohl durch ihre Sanftheit als auch durch ihre erstaunliche gesundheitsfördernde Wirksamkeit weltweit Anhänger gefunden hat. Das Wirkungsspektrum des TTouch umfasst nicht nur den Körper, sondern auch Geist und Seele.

Kompetenzen nach diesem Seminar: Sie haben eine sanfte, achtsame Methode kennen gelernt und eingeübt, welche Sie zu Hause als Selbsthilfe fachgerecht anwenden können.

Referent Susanne Kobel

Art 4 x Halbtagesseminar
à 4 Stunden

Datum Jeweils Mittwochs
8. Mai 2019
22. Mai 2019
5. Juni 2019
19. Juni 2019
9–13 Uhr

Kosten 360.–

Einbruch in die Freiheit. Ist ein Leben ohne Konditionierungen möglich?

Dieser Vortrag basiert auf dem Werk J. Krishnamurti «Einbruch in die Freiheit». Kein spiritueller Lehrer des 20. Jahrhunderts hat in solcher Klarheit und Radikalität über den geistigen Pfad gesprochen wie Krishnamurti. Er führt den Menschen in absoluter Kompromisslosigkeit zu sich selbst. Trotz Nachahmer, bleibt er unübertroffen in seinen Exkursen über Liebe, Freiheit, Tod, Angst, Sexualität, Intelligenz, Moral, Erziehung usw.

«Einbruch in die Freiheit» ist eines der kostbarsten geistigen Werke, das den Sucher ein Leben lang zu begleiten vermag und ihm Weisheit schenken. Wir werden in diesem Vortrag folgenden Fragen nachgehen: «Was ist denn Freiheit?», «Was hindert mich daran, wirklich frei zu sein?», «Ist absolute Freiheit überhaupt möglich, oder ist es eine Utopie?» Ich freue mich mit Ihnen diesen unbekanntem Pfad gehen zu dürfen.

Referent Pasquale d'Amelio

Art 1 Vortrag
à 2 Stunden

Datum Dienstag, 14. Mai 2019
14–16 Uhr

Kosten 43.–

Biologische Zahnmedizin 3. Vortrag: Definitive Versorgung – Zahnersatz

Definitive Versorgung – Zahnersatz

In diesem Vortrag befassen wir uns mit dem Thema Zahnersatz aus Sicht der biologischen Zahnmedizin. Schwerpunkte werden sein: Festsitzender Zahnersatz (Kronen/Brücken) auf eigenen Zähnen oder Implantat getragen. Herausnehmbarer Zahnersatz (Hybridprothetik) auf eigenen Zähnen, Implantat getragen oder kombiniert.

Kompetenzen nach diesem Vortrag: Sie kennen die verschiedenen Möglichkeiten der biologischen Zahnmedizin zum Thema Zahnersatz.

Referent Marcus Schupmann

Art 1 x Vortrag
90 Minuten

Datum Mittwoch, 15. Mai 2019
14–15.30 Uhr

Kosten 34.–

Ordnungstherapie

Die Ordnungstherapie umfasst die Themen Ernährung, Bewegung, Work-Life Balance; die Lebensordnung ist ein zentraler Schlüssel um möglichst lange gesund und leistungsfähig zu bleiben.

Lebensstil und Lebensumstände wirken auf unsere physische und geistige Vitalität ein. Die Ordnungstherapie bezweckt die Balance zwischen den verschiedenen Lebensbereichen und trägt damit zu unserem Gesamtwohlbefinden bei.

Kompetenzen nach dem Kurs: Sie kennen die wesentlichen Eckpfeiler der Ordnungstherapie. Sie kennen die Grundlagen der Ernährung, im Bewegungsverhalten und weiterführende Massnahmen, die ein möglichst gesundes Altern ermöglichen.

Referent	Tom Moser
Art	1 Tagesseminar à 7 Stunden
Datum	Mittwoch, 29. Mai 2019 9–17 Uhr
Kosten	175.–

Mikronährstoffe im Alter

Ältere Menschen sind aufgrund von Fehlernährung, Resorptionsstörungen, Erkrankungen und Medikamenten Einnahmen gefährdet für Mikronährstoffmängel. Daher ist eine entsprechende Diagnostik und Supplementierung orthomolekularer Substanzen zur Prophylaxe chronischer und neurodegenerativer Erkrankungen sowie von Osteoporose, Sturzneigung und Infekten notwendig für ein «rüstiges» Altern mit hoher Lebensqualität.

In diesem Seminar erfahren Sie die Grundlagen der Mikronährstoffmedizin für ältere Menschen, Gründe für Mangelversorgung, Einflüsse der Umwelt auf die Mikronährstoffversorgung und vieles mehr. Ein Überblick über mögliche diagnostische Verfahren und vor allem therapeutische Empfehlungen rundet das Seminar ab.

Kompetenzen nach diesem Seminar: Sie kennen die wichtigsten Mikronährstoffe für den älteren Menschen. Sie kennen die Problematik in Bezug auf Mangelversorgung. Sie kennen einfache diagnostische Optionen. Sie kennen therapeutische Grundlagen, um sich selbst mit Mikronährstoffen ausreichend zu versorgen.

Referent	Simon Feldhaus
Art	1 Tagesseminar à 7 Stunden
Datum	Jeweils Dienstags 4. Juni 2019 25. Juni 2019 9–17 Uhr
Kosten	320.–

Wie betreue ich eine Wöchnerin

Sechs bis acht Wochen dauert das Wochenbett. Kaum Zeit genug für die körperlichen und seelischen Umwälzungen, die eine Wöchnerin in dieser Zeit erlebt. In unserer Leistungsgesellschaft sind die Frauen kaum noch in der Lage, ihr Lebenstempo so zu drosseln, wie dies jetzt nötig wäre.

Bei zu schneller Rückkehr in den temporeichen Alltag können Probleme beim Stillen, Übermüdung bis hin zu Wochenbett-Depressionen auftreten. Bei vielen Naturvölkern ist tägliche Hilfe für frisch Entbundene auch heute noch selbstverständlich. Sie werden bekocht, ermutigt und vor allem haben sie viel Ruhe und Zeit für sich und das Neugeborene.

Kompetenzen nach dem Vortrag: Sie wissen, wie Sie eine Wöchnerin wirkungsvoll unterstützen können. Aus Sicht der TCM haben Sie erfahren, was für die Wöchnerin wichtig ist. Sie sind in der Lage, eine Energiesuppe zu kochen.

Referent Cornelia Wenzin Dariz

Art 1 Vortrag
à 4 Stunden

Datum Dienstag, 11. Juni 2019
9–13 Uhr

Kosten 85.–

Heilpflanzen im Jahresverlauf: 2. Sommer

Der Sommer mit seinen sonnigen Tagen und lauen Nächten lockt jedermann nach draussen. Manche lieben die Abkühlung im See, andere wiederum geniessen eine reiche Ernte im Garten oder treffen sich in den lauen Nächten, um gemütliche Stunden mit Freunden zu verbringen.

Damit wir diese Jahreszeit richtig geniessen können, beschäftigen wir uns mit zeitlich aktuellen Heilpflanzen und besuchen einige der Protagonisten in der nahen Umgebung. Im Praxisteil stellen wir mit unserer «Ernte» gemeinsam ein gesundheitsförderndes Produkt her.

Kompetenzen nach dem Seminar: Sie kennen die wichtigsten Heilpflanzen, welche uns speziell im Sommer besonders gut tun. Sie kennen verschiedene Anwendungsmöglichkeiten dieser Heilpflanzen.

Referent Susanne Kobel

Art 1 x Tagesseminar
à 7 Stunden

Datum Mittwoch, 12. Juni 2019
9–17 Uhr

Kosten 185.–

Emotionen und wie sie unsere Verdauung beeinflussen

In der Traditionellen Chinesischen Medizin sind Emotionen der Hauptgrund für Krankheiten. Wenn für längere Zeit Stress den Tag dominiert, ein Überfluss an Wut, Trauer oder Angst herrscht, können unsere inneren Organe zu ernsthaftem Schaden kommen.

Dies macht uns klar, dass das Harmonisieren von Emotionen einer der Hauptschlüssel für unsere Gesundheit ist. Emotionen machen uns nur dann krank, wenn sie sehr stark sind, sehr lange andauern oder Sie keine Kontrolle mehr darüber haben. Sie lernen die sieben Emotionen kennen, erlernen Möglichkeiten, wie Sie Ihren Lebensstil und Ihre Ernährung anpassen können, um mögliche Disharmonien auszugleichen.

Kompetenzen nach dem Kurs: Sie kennen die sieben Emotionen, die dazugehörige Wandlungsphase und deren Organe, Ernährungstipps zu den einzelnen Elementen/Emotionen, Lebensstil-Tipps zu den einzelnen Elementen/Emotionen.

Referent Cornelia Wenzin Dariz

Art 1-Tageskurs
à 7 Stunden

Datum Dienstag, 18. Juni 2019
9–17 Uhr

Kosten 175.–

Weihrauch und Myrrhe in der TCM

Nicht nur zur Weihnachtszeit

Die Chinesische Medizin kennt die natürliche Heilkraft von Weihrauch und Myrrhe seit Jahrhunderten und wendet diese natürlichen Heilmittel bei Schmerzzuständen, nach Verletzungen des Bewegungsapparats, bei schlecht heilenden Wunden, Geschwüren, usw. an. Zusätzlich können diese pflanzlichen Produkte auch Frauenleiden lindern.

Kompetenzen nach diesem Vortrag: Sie kennen die Krankheitsbilder, bei denen Weihrauch und Myrrhe besonders heilsam sind. Sie wissen, wann die Anwendung von Weihrauch und Myrrhe nicht empfohlen ist.

Referent Cindy Huber

Art 1 Vortrag
à 2 Stunden

Datum Dienstag, 18. Juni 2019
14–16 Uhr

Kosten 43.–

Wu Wei, Handeln durch Nichthandeln: Die Kunst, in Gelassenheit zu leben.

Der Begriff Wu Wei begründet sich aus der chinesischen Auffassung des Dao, dem umfassenden Ursprung und Wirkprinzip, das die Ordnung und Wandlung aller Dinge bewirkt, so dass es nicht weise wäre, in das Walten dieses Prinzips einzugreifen.

Die letzte Wahrheit, gemäss dieser Lehre, handelt spontan, ohne dass der Geist des Menschen in sie eingreifen müsste. Die Rückkehr zum Ursprung kann für den Menschen nur erfolgen, wenn das dualistische Denken aufgegeben wird und die Handlungen natürlich und spontan erfolgen.

Wu Wei bedeutet nicht, dass man gar nicht handelt, sondern dass die Handlungen spontan und im Einklang mit dem Dao entstehen müssen. Dadurch wird das Notwendige leicht und mühelos getan und sowohl Übereifer als auch blinder Aktionismus vermieden. Es ist ein Zustand der inneren Stille, der zur richtigen Zeit die richtige Handlung ohne Anstrengung des Willens hervortreten lässt. Wir werden in diesem Vortrag versuchen, dieses Prinzip zu verstehen und uns fragen, wie wir es im Alltag anwenden können.

Kompetenzen nach diesem Vortrag: Sie kennen das Prinzip den Wu Wei und haben die Möglichkeit, dieses in Ihren Alltag einfließen zu lassen.

Referent Pasquale d'Amelio

Art 1 Vortrag
à 2 Stunden

Datum Mittwoch, 19. Juni 2019
14–16 Uhr

Kosten 43.–

Phytotherapie im Alltag

**«Eure Nahrungsmittel sollen eure Heilmittel, und eure Heilmittel sollen eure Nahrungsmittel sein.»
(Hippokrates 460 v.Chr.)**

Wussten Sie, dass Nahrungsmittel auch Heilmittel sein können? Wann wird ein Nahrungsmittel zum Heilmittel und welche Anwendungsformen in der Ernährung kennen wir? Was ist das Bindeglied zwischen Ernährung und Therapie?

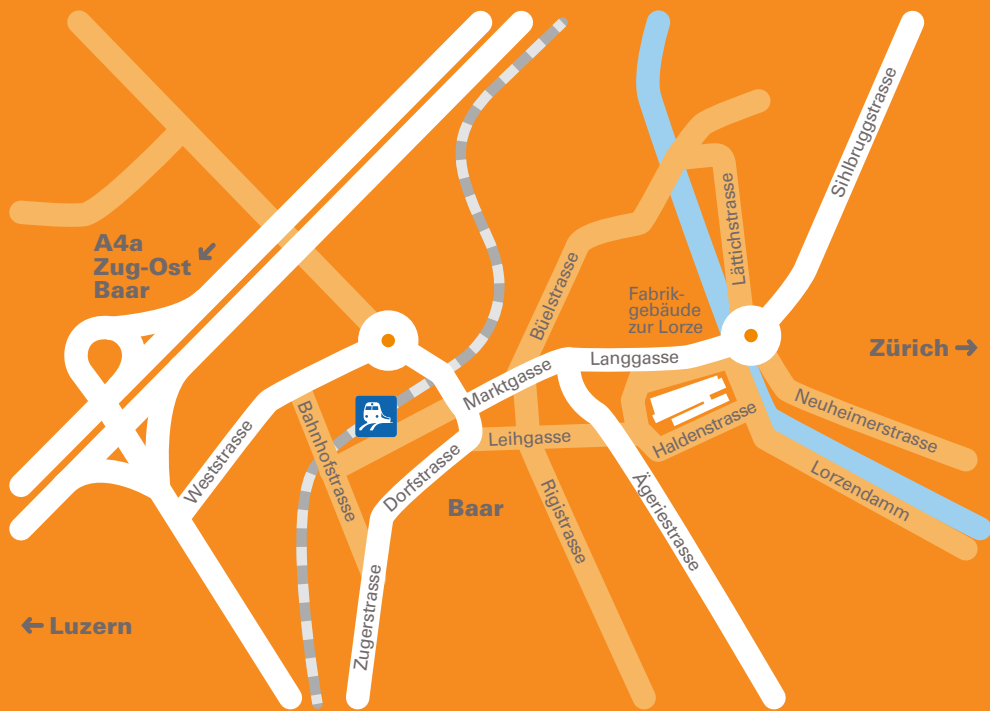
Kompetenzen nach diesem Vortrag: Sie kennen die grundlegenden Anwendungen von Heilpflanzen im Alltag. Sie kennen die wichtigsten Heilpflanzen in der Anwendung als Gewürze und setzen diese fachgerecht ein.

Referent Tom Moser

Art Vortrag
à 3 Stunden

Datum Mittwoch, 26. Juni 2019
9–12 Uhr

Kosten 72.–



← Luzern

Zürich →

Paramed AG

Haldenstrasse 1
CH-6340 Baar

041 768 20 71

info@paramed-senak.ch

www.paramed-senak.ch

Anreise mit Bahn und Bus

- ab Bahnhof Baar 15 Min. zu Fuss
- ab Bahnhof Baar mit Bus Nr. 31 oder Bus Nr. 3 bis Haltestelle «Brauerei»
- ab Bahnhof Zug: Bus Nr. 3 bis Haltestelle «Brauerei»

Anreise mit Auto

- von Luzern (30 Min.) Autobahn A4 Ausfahrt Baar
- von Zürich (25 Min.) Sihltal, 1 km nach Kreisel Sihlbrugg, vor Autobahn links Richtung Baar, Fabrik zur Lorze