



 **Naturheilkunde**

Chinesische Ernährungslehre – Grundlagen und Rezepte

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.

Termine

Di, 10.02.2026

18:00–21:00 Uhr

Di, 17.02.2026

18:00–21:00 Uhr

[und 2 mehr](#)

Preis

280,00 €

Online-Seminar

Dieses Seminar findet online statt.

Seminarnummer

SSB111100226

Anmeldemöglichkeiten

- ☑ Bei jeder Akademie
- ☑ Per Fax: 0261-952 52 33
- ☑ Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 01.02.2026

Dozentin

Daniela Seerig

Jg. 1997, verheiratet. Ausbildung als Hotelfachfrau. Begeisterung für die Ernährungslehre und Naturheilkunde. Ausbildung zur Ernährungsberaterin 2019 und 2020 zur Heilpraktikerin.

Im Mai 2023 beendete ich dies erfolgreich und eröffnete im August meine eigene Praxis in Bad Aibling. Zusätzlich arbeite ich als stellvertretend Geschäftsleitung in der Ährensache Naturkost in Bad Aibling. Dadurch kenne ich mich sehr gut mit Lebensmitteln usw aus, was für meine Dozententätigkeit ebenfalls hilfreich ist. Zusätzlich habe ich Ausbildungen in den Bereichen Bachblütentherapie, Aromatherapie, Reflexzonentherapie, Ohrakupunktur, Gemmotherapie und verschiedenen Massagen.