

 Naturheilkunde

Ernährung für Hochsensible – entspannt und gut versorgt durch den Alltag

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.

Termin

Fr, 24.07.2026
13:00–18:00 Uhr

Preis

130,00 €

Online-Seminar

Dieses Seminar findet online statt.

Seminarnummer

SSH111230726

Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 06.05.2026

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.