

 Naturheilkunde

Praxisreihe für Körper, Psyche und Gehirn

Unsere Gesundheit wird von vielen Faktoren beeinflusst. Stress, Schlaf, Ernährung, Bewegung, Stoffwechsel und das Zusammenspiel von Körper und Psyche wirken täglich auf unser Wohlbefinden ein. Oft entwickeln sich Beschwerden schleichend und erscheinen zunächst unabhängig voneinander, obwohl sie eng miteinander verbunden sind.

Diese Praxisreihe vermittelt fundiertes und verständlich aufbereitetes Gesundheitswissen für Menschen, die ihre Gesundheit aktiv erhalten oder verbessern möchten. Medizinische Zusammenhänge werden anschaulich erklärt und mit alltagsnahen Beispielen verknüpft. Dabei steht nicht die Behandlung von Erkrankungen im Vordergrund, sondern das Verstehen des eigenen Körpers und die Stärkung der persönlichen Gesundheitskompetenz.

In vier thematisch aufeinander abgestimmten Wochenendseminaren erfahren die Teilnehmenden, wie typische Alltagsbeschwerden entstehen, welche Rolle Stress, Lebensstil und Stoffwechsel spielen und welche Möglichkeiten es gibt, das körperliche und seelische Gleichgewicht nachhaltig zu fördern. Jedes Modul verbindet verständliche Theorie mit praktischen Übungen und konkreten Anregungen, die sich unmittelbar in den Alltag integrieren lassen.

Die Themen reichen von Stressbewältigung, Schlaf und mentaler Stabilität über Schmerz, Bewegung und Stoffwechsel bis hin zu Immunsystem, Entzündungsregulation sowie der Förderung von Gedächtnis und Gehirngesundheit. Die Module können unabhängig voneinander besucht werden und bilden zugleich eine sinnvolle Gesamtreihe für alle, die Gesundheit ganzheitlich betrachten möchten.

Die Seminare richten sich an gesundheitsinteressierte Menschen ohne medizinische Vorkenntnisse, die Zusammenhänge besser verstehen, Warnsignale ihres Körpers frühzeitig erkennen und ihre Gesundheit eigenverantwortlich stärken möchten. Im Mittelpunkt stehen praxisnahe Informationen, verständliche Erklärungen und alltagsnahe Strategien für mehr Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit und Lebensqualität.

Termine

Sa, 09.01.2027
09:00–15:30 Uhr

Sa, 23.01.2027
09:00–15:30 Uhr

[und 6 mehr](#)

Preis

1.020,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Rosenheim
Münchener Str. 44
83022 Rosenheim
Tel. 08031-21 91 24

Seminarnummer

SSH10082090127V

Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 19.09.2026

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.