

 Naturheilkunde

Epigenetik – Einführung: So können wir unsere Gene selbst steuern

Stellen Sie sich vor, Sie könnten Ihre Gesundheit beeinflussen, ohne Ihre DNA zu verändern – nur durch Ihren Lebensstil und die Umwelt. Mit dem Wissen aus der Epigenetik wird genau das möglich.

Epigenetik beschreibt den Einfluss von Umweltfaktoren, Verhalten, Stress und Lebensstil auf die Regulation unserer Genaktivität. Hierbei wird die zugrunde liegende DNA-Sequenz nicht verändert. Das Teilgebiet der Biologie erklärt, warum dieselben Gene bei verschiedenen Menschen unterschiedlich wirken und wie wir unsere Gesundheit selbst beeinflussen sowie Erkrankungsrisiken reduzieren können. Die Weitergabe epigenetischer Veränderungen ist zudem über Generationen möglich.

Im Seminar erhalten Sie eine fundierte Einführung in die Epigenetik, einen Überblick über zentrale Mechanismen und Einflüsse sowie deren Auswirkungen auf Gesundheit, Lernfähigkeit und Wohlbefinden. Sie bekommen praxisnahe Grundlagen, verbunden mit konkreten Beispielen und Übungen, um Epigenetik sicher in Ihre Arbeit zu integrieren und individuelle Therapiestrategien für Ihre Klientinnen und Klienten zu entwickeln.

Inhalt:

Einführung in die Grundlagen und zentralen Mechanismen der Epigenetik

Einfluss von Umweltfaktoren, Ernährung, Schlaf, Stress und sozialen Beziehungen auf epigenetische Veränderungen

Transgenerationale Epigenetik: Weitergabe von Erlebnissen und Lebensweisen über Generationen hinweg

Praxisbezug: Auswertung epigenetischer Befunde, Diskussion von Fallbeispielen.

Das Seminar eignet sich für Heilpraktiker/innen (-anwärter/innen), Ärzt/innen, Ernährungsberater/innen sowie Fachkräfte aus Gesundheitswesen, Coaching, Beratung, Therapie und Prävention, die epigenetische Mechanismen verstehen und gewinnbringend in ihrer Arbeit einsetzen möchten.

Erweitern Sie Ihr Kompetenzen im Bereich Epigenetik und schaffen Sie damit einen spürbaren Mehrwert für Ihre Klientinnen und Klienten.

Termin

Sa, 17.10.2026
19:00–20:30 Uhr

Preis

75,00 €

Online-Seminar

Dieses Seminar findet online statt.

Seminarnummer

SSD111171026

Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 31.07.2026

Dozent

ozententeam

Dozenten werden noch bekannt gegeben.