

Fasten und Fastenkursleitung

NATURHEILKUNDE



Fasten ist der freiwillige Verzicht auf feste Nahrung und Genussmittel für eine begrenzte Zeit - zur Reinigung von Körper, Seele und Geist. Fasten bedeutet auch Rückzug aus dem Alltag und Hinwendung zu sich selbst, es stellt eine wichtige Säule der Prävention und Gesundheitspflege dar.

Als Fastenleiter/in führen Sie

Fastenseminare durch, halten Vorträge, leiten Fastengruppen oder wenden als Heilpraktiker/in Ihr Wissen in Ihrer Praxis an.

Seminarthemen:

- gesund und fit durch Fasten
- verschiedene Fastenmethoden (Dr. Buchinger, Dr. Lützner, Schrothkur, Hildegard von Bingen, F.X. Mayr, Saft-, Teefasten usw.)
- Was passiert im Körper während des Fastenstoffwechsels?
- Entschlackung, Entgiftung, Entlastungstage
- Kostumstellung und Getränke
- psychische Faktoren, Bewegung, Ruhe und Entspannung
- Hintergrundwissen zum Fasten, Indikation und Kontraindikation
- Gestaltung einer Fastenwoche
- Fastenbrechen, Aufbau tage, Ernährung nach dem Auftag
- typgerechte Ernährung und Vollwertkost
- Übungen, unterstützende Maßnahmen, Selbsterfahrung

Die Teilnehmer/innen des Kurses fasten und ruhen zwischen den einzelnen Unterrichtsmodulen unter Begleitung der Dozentin bzw. Dozenten.

Während des Seminars erhalten Sie umfangreiches Lehrmaterial und Ihr Erfolg wird durch das Paracelsus Zertifikat „Fastenleiter/in“ bescheinigt.

Dozent/in HP Annerose Lohse: Jahrgang 1963, ausgebildete Krankenschwester Nach mehr als 20 Jahren Berufserfahrung im schulmedizinischen Bereich erwachte das Interesse an alternativen Behandlungskonzepten. Die Ausbildung zum geprüften psychologischen Berater legte den Grundstein, danach folgten weitere Ausbildungen mit Schwerpunkt Fasten, Pflanzenheilkunde und gesunde Ernährung. Seit 2004 ist Frau Lohse als Gesundheitsberaterin und Fastenleiterin beruflich tätig. Um auch heilkundlich praktizieren zu dürfen, absolvierte Frau Lohse die Ausbildung zur Heilpraktikerin.

Termine:

Sa. 18.10.2025

So. 19.10.2025

Mo. 20.10.2025

Di. 21.10.2025

Mi. 22.10.2025

jew. 09:30-17:30 Uhr

Preis:

765,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie**

Am Rathaus 4

09111 Chemnitz

Tel. 0371 - 51 79 81

Seminarnummer:

SSA09181025

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

