

# Epigenetik-Einführung

Sind wir von unseren Genen bestimmt?

## NATURHEILKUNDE



Epigenetik kann eine entscheidende Rolle bei der Prävention gesundheitlicher Probleme spielen, indem sie die Art und Weise beeinflusst, wie Gene exprimiert werden, ohne die zugrunde liegende DNA-Sequenz zu verändern.

Hier sind einige der Hauptwege, wie Epigenetik zur Gesundheitsprävention beitragen kann:

1. Ernährung und Diät

2. Körperliche Aktivität
3. Stressmanagement
4. Vermeidung von Umweltgiften
5. Personalisierte Medizin
6. Frühe Interventionen

Epigenetik bietet ein mächtiges Werkzeug zur Prävention von Krankheiten, indem sie die Genexpression durch Lebensstil- und Umweltfaktoren beeinflusst. Durch eine bewusste Gestaltung von Ernährung, Bewegung, Stressmanagement und Vermeidung von Umweltgiften können positive epigenetische Veränderungen gefördert werden, die zur langfristigen Gesundheit beitragen.

Sie erhalten in diesem Seminar einen Einblick in die Wissenschaft der Epigenetik. Anhand eines Fallbeispiels wird konkret besprochen welche Methoden sich die Epigenetik zu nutze macht.

Das Seminar richtet sich an Heilpraktiker/innen (-anwärter/innen), Ernährungsberater/innen, Gesundheitsfachkräfte.

Termine:  
**Do. 11.06.2026**  
19:00-20:30 Uhr

Preis:  
**75,- Euro \***



**Paracelsus**  
**Gesundheitsakademie**  
**Onlineunterricht**  
Tel. 0261-95252-0

Seminarnummer:  
**SSA111110626**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

