

Vegetarisch oder Vegan

Schlüssel zu einer verträglichen Ernährung

NATURHEILKUNDE



Bildet die fleischlose Ernährungsweise die Grundlage für ein optimales körperliches Wohlbefinden? Was passiert eigentlich mit unserer Haut, unseren Haaren und unserer Figur bei der Umstellung auf eine rein pflanzliche Ernährung? Wie wirkt sich

Pflanzennahrung auf unsere körperliche Leistung und unseren Hormonhaushalt aus? Kann diese Form der Ernährung zu einem Evolutionssprung beitragen?

Aufgrund unzureichender Informationsbeschaffung und lückenhafter Aufklärung wird Veganismus unberechtigt als krankmachende Mangelernährung abgestempelt und rückt diese, für uns in Wahrheit artgerechte, Lebensweise in ein schlechtes Licht.

Dabei ist es so einfach, den Körper ein Leben lang mit pflanzlichen Nährstoffen optimal zu versorgen und nicht nur, weil es gerade Trend ist. Die Molekularbiologie soll darüber Aufschluss geben und diese Lücke der Unwissenheit schließen.

Es werden Erfahrungen, basierend auf einer jahrelangen fleischlosen Ernährung, angefangen beim Karnismus, Vegetarismus bis hin zum Veganismus, aus persönlicher sowie wissenschaftlicher Perspektive geteilt. Das Forschungsinteresse konzentriert sich dabei auf ernährungswissenschaftlichen Studien der letzten 20 Jahre.

Themen im Seminar:

- Evolutionsgeschichtliche Betrachtung der verschiedenen Ernährungsformen
- Entwicklungsbiologischer Anatomievergleich
- Objektive Betrachtung der Essgewohnheiten und kulinarischen Vorlieben
- Gesundheitliche Auswirkungen des Fleischkonsums auf das endokrine System
- Biologisch-chemische Zusammensetzung von pflanzlicher und tierischer Nahrung im Vergleich
- Ursache von Zivilisationskrankheiten
- Krankheit als Chance
- Säure-Basen-Haushalt
- Körperreinigung/Entschlackung/Entgiftung
- Aktivierung der Selbstheilungskräfte
- Verjüngung und Regeneration durch Pflanzenkraft

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Termine:

Fr. 23.01.2026

So. 08.02.2026

Fr. 13.02.2026

Fr. 20.02.2026

jew. 18:00-21:15 Uhr

Preis:

250,- Euro *



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

Seminarnummer:

SSA111230126

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

