

Praxiswissen Ernährung: Rheuma & Co.; Hildegard v. Bingen

BEAUTY / WELLNESS



Teil 1: Schmerzende, entzündete Gelenke bei rheumatischen Erkrankungen und Arthrose können im Alltag eine echte Herausforderung darstellen. Auch wenn sich Knorpelverschleiß nicht rückgängig machen lässt, kann eine Umstellung der Ernährung viel bewirken: Hemmung der Entzündung und Entlastung der Gelenke bewirken oft ein Rückgang der Schmerzen. Vor allem die richtigen Mikronährstoffe und sekundäre

Pflanzenstoffe aus der Nahrung können dabei helfen. Themen in diesem Seminar sind: Welche Ursachen gibt es für schmerzende Gelenke, welchen Einfluss hat Ernährung darauf und wie muss diese aussehen, um eine Verbesserung der Beschwerden zu bewirken?

Teil 2: Hildegard von Bingen war Ihrer Zeit wahrlich voraus: Ihr Ziel war es, einen ganzheitlichen - Körper, Geist und Seele umfassenden - Zustand des Wohlbefindens zu erreichen. Dieser ganzheitliche Ansatz ist fast tausend Jahre alt und doch auch heute hochaktuell. Erfahren Sie mehr über ihre Grundprinzipien: einen gesunden Lebensstil, gesunde Ernährung, Pflege des eigenen Körpers durch ausleitende Verfahren, emotionale Stabilität, Berücksichtigung des Biorhythmus, Leben im Einklang mit der Natur und dem Rhythmus der Jahreszeiten.

Dieses Seminar ist Teil der Seminarreihe Praxiswissen Ernährung, die ca. alle 1-2 Monate stattfindet.

Es ist in sich geschlossen und einzel buchbar.

Dozent/in Dr. Brigitte Matulla-Nolte: Geboren 1970, verheiratet, 3 Kinder. Dr. Matulla-Nolte absolvierte ihr Studium der Humanmedizin in Berlin. Danach begann sie am Lehrstuhl für Innere Medizin und Naturheilkunde (FU Berlin). Im folgenden engagierte sie sich als Gastärztin im Department of Endocrinology, Nutrition, and Diabetes in Boston sowie in der Datenbank `Biopositive Wirkungen von UV-Strahlung` der Charité. In den letzten Jahren leitete sie nebenberuflich Kurse in der Elternbildung im Bereich Erste Hilfe, Naturheilkunde, Homöopathie, Erziehung. Ernährungsbedingte Krankheiten weckten ihr Interesse und sie erwarb das Zertifikat zur ganzheitlichen Ernährungsberaterin. 2024 absolvierte sie eine Weiterbildung in der Mikronährstoffberatung. Mit diesen Kenntnissen bringt sie sich als Dozentin in den Paracelsus Schulen ein.

Termine:
So. 17.05.2026
10:00-17:00 Uhr

Preis:
140,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Girardetstr. 4
45131 Essen
Tel. 0201 - 877 55 51**

Seminarnummer:
SSH43170526

Anmeldemöglichkeiten:

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

