

## 6. WE: 28/29. August 2010

### PULS- UND ZUNGENDIAGNOSE:

An zwei Tagen, mit einem hohen Praxisanteil, wollen wir uns diesen traditionellen Diagnose-Methoden nähern, um Sicherheit in ihren grundlegenden Aussagen zu gewinnen und ihrer Umsetzung für die therapeutische Praxis zu erleichtern.

## 7. WE: 26/27. September 2010

### KRANKHEITSGEMÄSSE ERNÄHRUNG:

Differenzialdiagnostische Überlegungen bei ausgewählten Krankheitsbildern in der westlichen Medizin - Die Mitte stärken: wie kann ich mit einem veränderten Ernährungsverhalten bei bestimmten Krankheiten die Therapie unterstützen?

## 8. WE: 30/31. Oktober 2010

### ERNÄHRUNG DER KINDER:

Ernährung der Mutter in der Schwangerschaft, Kinderernährung vom Säugling bis zum Jugendlichen, diätetische Empfehlungen bei Ungleichgewichten und Krankheiten. (Atopische Dermatitis, Hyperaktivität, Übergewicht); Ernährung in den Lebensphasen mit Schwerpunkt Menopause

### **Kurszeiten:**

Samstag von 10.00 bis 17.00 Uhr

Sonntag von 10.00 bis 16.00 Uhr

### **Kosten:**

für die gesamte Ausbildung: € 1500,00 (für Schüler und Absolventen des ABZ-Nord betragen die Kosten €1300,00 Euro)

### **Seminarorte:**

Hamburg und Kiel (der praktische Kochkurs am 5. WE findet auf dem Ringstedtenhof Landwege e.V. in Lübeck statt).

### **Anmeldung:**

schriftlich mit beiliegendem Formblatt

### **Zahlungsmodalitäten:**

Einzahlung auf das Konto: Ausbildungszentrum Nord, Hypo-Vereinsbank Kiel, (BLZ 200 300 00), Konto-Nr. 5103650, (bei Anmeldung bis zum 1. Mai 2007 gewähren wir einen Rabatt von 75,00 Euro)

- Kooperationspartner der Chengdu University of TCM, China
- Kooperationspartner des Fachverbandes Deutscher Heilpraktiker (FDH), Landesverbände Schleswig-Holstein und Hamburg

# 北德針灸培訓中心

## LEBENSPFLEGE NACH DEN RICHTLINIEN DER CHINESISCHEN DIÄTETIK

**2010**

– Ausbildungszentrum Nord –

für Klassische Akupunktur und  
Traditionelle Chinesische Medizin

Projensdorfer Str. 14

D - 24106 Kiel

Fon und Fax: 0431 – 33 03 01

Email: [u.lorenzen@ki.comcity.de](mailto:u.lorenzen@ki.comcity.de)

Internet: [www.abz-nord.de](http://www.abz-nord.de)



süß, sauer, bitter, scharf – alles will probiert sein

## Die Besonderheit der chinesischen Diätetik

Diätetik (griech. **Diaita** = Lebenspflege) und Pharmakologie bilden die beiden Pfeiler der inneren Therapie, Nadel- und Moxabehandlung sind die Pfeiler der äußeren Therapie in der chinesischen Medizin. Für die Kräuter- sowie die Akumoxa-Therapie gilt, dass deren Wirkung oft nur mit Unterstützung durch eine angemessene Diät dauerhaft erfolgreich sein kann. Ziel der chinesischen Diätetik ist ein harmonisches Gleichgewicht von Yin und Yang in der Ernährung zu finden. Es gibt also nicht **die** gesunde Ernährung, sondern nur eine individuell angepasste, heilende oder gesunderhaltende Nahrungsauswahl. In dieser Ausbildung werden die Prinzipien der chinesischen Diätetik erläutert, Richtlinien zu den Syndromen der TCM vorgestellt und eine gesunde Ernährung für Kinder und Schwangere erörtert. Auch das praktische Kochen im Sinne der chinesischen Diätetik kommt nicht zu kurz.

### 1. WE: 20/21. März 2010

#### GRUNDLEGENDE THEORIEN:

Einführung in die Geschichte und Philosophie der chinesischen Medizin und Diätetik; das Dao der Gesunderhaltung, grundlegende Konzepte der chinesischen Medizin, Yin und Yang, 5 Wandlungsphasen, Physiologie und Pathologie der Zang-Fu-Syndrome

## Über die Dozenten:



**Beatrice Trebuth**, Heilpraktikerin und Krankengymnastin, seit 1988 in eigener Praxis Ausbildung und mehrjährige Lehrtätigkeit in Taijiquan und Qigong bei San Li Chang in Heidelberg, Ausbildung in TCM im International TCM College Nanjing, 2-jährige Ausbildung in chinesischer Pharmakologie bei Barbara Kirschbaum; Praxis für chinesische Medizin und Ernährungsberatung seit 1988, *Co-Autorin der Bücher* Das Fünf Elemente Kochbuch von Temelie/Trebuth 1993, Die Fünf Elemente Ernährung für Mutter und Kind von Temelie/Trebuth, 1994.

**Gastdozent: Udo Lorenzen**, Heilpraktiker, arbeitet seit über 25 Jahren mit der chinesischen Medizin. Er leitet das und unterrichtet im *Ausbildungszentrum Nord für Klassische Akupunktur und TCM* seit 17 Jahren alle Aspekte der chinesischen Medizin. Autor vieler Bücher und Fachartikel über traditionelle Akupunktur

### 2. WE: 17/18. April 2010

#### WANDLUNGSPHASE ERDE:

Die Wandlungsphase Erde im Mittelpunkt der Nahrungsaufnahme und -verwertung  
Diätetische Empfehlungen zu den Syndromen  
Die Ernährung im Alltag  
Chinesische Kräuter für die Kraftsuppe

### 3. WE: 08/09. Mai 2010

#### NAHRUNGSMITTELSTUDIUM:

Wirkungsweise und Verwendung von Nahrungsmitteln, therapeutischer Einsatz von Nahrungsmitteln; Wandlungsphase Metall und Wasser, diätetische Empfehlungen zu den Syndromen

### 4. WE: 05/06. Juni 2010

#### DIE ERNÄHRUNGSBERATUNG:

Struktur der Beratung, therapeutischer Umgang, Fallbesprechungen; Wandlungsphase Holz und Feuer, diätetische Empfehlungen zu den Syndromen; Ernährung in den Jahreszeiten

### 5. WE: 03/04. Juli 2010

#### PRAXISWOCHENENDE:

Kochen nach den 5 Elementen, Arten des Schneidens (verschiedene Schnitttechniken), die verschiedenen Kochmethoden (Braten und Rösten, Kochen, Räuchern, Dünsten, Pökeln), Gewürze, die Reihenfolge der Zutaten