

Fastenleiter/in

NATURHEILKUNDE



„Fasten ist der Königsweg der Gesundheitsvorsorge.“ (Dr. Otto Buchinger)

Fasten ist ein Frühjahrsputz für Körper, Geist und Seele. Fasten bedeutet immer eine Zäsur, ein Innehalten und ein Rückzug aus der Hektik des Alltags sowie der anhaltenden Reizüberflutung, der wir heutzutage fortlaufend ausgesetzt sind. Durch Fasten erfolgt nicht nur

eine Entschlackung und Entgiftung des Organismus, sondern es schafft auch die Möglichkeit, sich von seelischem und geistigem Ballast zu befreien. Fasten fördert die Empfindsamkeit und stärkt die Wahrnehmungsfähigkeit. Der Fastende erlebt sich selbst intensiver und gewinnt Klarheit für Veränderungen, die angestoßen und begleitet werden.

Sie lernen das Fasten mit Gesunden und befähigt Sie zur Durchführung von Fastenwochen sowie -seminaren mit gesunden Teilnehmern.

Auszug aus den Inhalten:

- Physiologie des Fastens
- Grundlage des Verdauungssystems
- Indikationen & Kontraindikationen
- Fastenformen
- Entlastungstage, Fastenbrechen, Kostaufbau
- Umgang mit Fastenkrisen
- Motivation & Gesprächsführung
- Entspannungstechniken (wie Meditation, Fantasiereisen, Achtsamkeit, PMR, AT)
- Methodik & Didaktik zur Durchführung von Fastenwochen

Fasten stellt heute eine bedeutungsvolle Säule der Gesundheitsprävention dar und erfreut sich zunehmender Beliebtheit. Nutzen Sie die Möglichkeit der Qualifizierung z. Fastenleiter*in und geben Sie Ihr Wissen in Fastenseminaren, Fastengruppen sowie in Vorträgen weiter.

Diese Fachfortbildung richtet sich an alle am Thema interessierten. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Dozent/in Sina von Bergen: Jg. 1989. Schon während des Studiums der Internationalen Betriebs- und Außenwirtschaft entwickelt sich ihr Interesse an Coaching, psychologischer Beratung sowie ganzheitlicher Gesundheitsförderung. Durch zahlreiche Fachausbildungen und Fortbildungen konnte sie ihr Wissen in diesen Bereichen vertiefen. Sie absolvierte die Fachausbildungen z. Ernährungsberaterin, Burnout Beraterin, Kommunikationstrainerin, in Klientenzentrierter Gesprächsführung sowie Lösungsorientierter Kurzzeitberatung. Zudem ist sie Seminarleiterin für Achtsamkeitstraining, Autogenes Training sowie Progressive Muskelrelaxation. Die Weiterbildungen in Meditation, Phantasiereise, Chakra-Arbeit sowie Genusstraining runden ihr Profil ab. Sie ist niedergelassen in einer eigenen Praxis für ganzheitliche Gesundheitsberatung sowie Betriebliche Gesundheitsförderung.

Termine:

Do. 29.10.2020

Fr. 30.10.2020

Do. 19.11.2020

Fr. 20.11.2020

Do. 03.12.2020

Fr. 04.12.2020

jew. 09:00-17:00 Uhr

Preis:

790,- Euro *

Seminarort:

Paracelsus Schule

Kaiserring 2-6

68161 Mannheim

Tel. 0621 - 418 32 32

Seminarnummer:

SSH68291020

Anmeldemöglichkeiten:

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

