

Absender

Name Vorname
 Straße Hausnr.
 PLZ Ort
 Telefon (für Rückfragen) E-Mail

Datum Unterschrift

DIÄTETIK

Kursleiter/innen (Auswahl)

Dr. Ute Engelhardt ist Sinologin mit Schwerpunkt auf Chinesischer Medizin und Diätetik sowie chinesischen Bewegungstherapien. Zahlreiche Veröffentlichungen.

Dr. med. Rainer Nögel, Internist, beschäftigt sich seit 1985 mit Chinesischer Medizin und ist seit 1996 Mitarbeiter der Praxis Prof. Hempten, wo er außer mit Akupunktur und Arzneimitteltherapie auch mit chinesischer Diätetik behandelt.

Barbara Nosse ist Gesundheitsberaterin und erfahrene Vollwertköchin.

Dr. Patricia Kringner, Ernährungswissenschaftlerin, spezialisiert auf Chinesische Medizin, TCM-Diätetikberatung.

Empfohlene Literatur

Engelhardt/Hempten
Chinesische Diätetik
 3. Auflage 2006, 800 S., geb. € 79,95, Urban & Fischer Elsevier Verlag
 ISBN: 978-3-437-56491-8
 In diesem Werk finden Sie Beschreibungen zur Wirkweise von über 150 Lebensmitteln und praktische Anleitungen zur diätetischen Behandlung.

Engelhardt/Nögel
Rezepte der chinesischen Diätetik
 2009, 376 S., geb. € 75,95, Elsevier Verlag
 ISBN: 978-3-437-57370-5
 Rezepte zum Nachkochen mit therapeutischen Erläuterungen.

Beide Bücher zusammen im Schuber:
Chinesische Diätetik – Grundlagen, Anwendung, Rezepte
 2012, 1176 S., geb. € 99,99, Elsevier Verlag
 ISBN: 978-3-437-55084-3

Das Angebot der Offenen Schule

Die Kurse richten sich an Therapeuten und Interessierte

- QIGONG – Chinesische Bewegungstherapie**
300 UE | mind. 24 Monate
- TAIJI – Chinesische Bewegungstherapie**
300 UE | mind. 24 Monate
- DIÄTETIK – Chinesische Ernährungstherapie**
ca. 200 UE | ca. 24 Monate
- TUINA – Chinesische manuelle Therapie**
mind. 200 UE | ca. 24 Monate
- SONDERSEMINARE – Ergänzung zu allen Themengebieten**

Weitere Informationen unter www.tcm.edu

2017-2019

DIÄTETIK

Chinesische Ernährungstherapie
Wochenendkurse/Ausbildung

食療



Was ist die SMS – Societas Medicinae Sinensis?

Die SMS – Internationale Gesellschaft für Chinesische Medizin e.V. bildet seit 40 Jahren Ärzte in Chinesischer Medizin aus. Sie ist eine der ältesten deutschsprachigen Ärztegesellschaften für Traditionelle Chinesische Medizin und eine der führenden Kräfte bei deren Integration in das deutsche Gesundheitswesen.

Die Offene Schule der SMS

Neben der Ärztlichen Schule, die sich an Ärzte und Medizinstudenten richtet, hat die SMS außerdem die Offene Schule, die Ausbildungen in Qigong, Taiji, chinesischer Diätetik (chinesische Ernährungstherapie) und Tuina (chinesische manuelle Therapie) für alle Interessierten anbietet.

Die SMS legt größten Wert auf individuelle Betreuung, weshalb die Zahl der Teilnehmer bei praktischen Qigong-, Taiji-, Diätetik- und Tuina-Kursen in der Regel auf 20 beschränkt ist.

SMS – SOCIETAS MEDICINAE SINENSIS

Internationale Gesellschaft für Chinesische Medizin e.V.
 Franz-Joseph-Straße 38, 80801 München
 Telefon 089 - 75 90 57 85 | Fax 089 - 75 90 57 86

• www.tcm.edu | ✉ a.gruell@tcm.edu

INTERNATIONALE
 GESELLSCHAFT
 FÜR CHINESISCHE
 MEDIZIN E.V.



SMS
 SOCIETAS
 MEDICINAE
 SINENSIS



SMS-Ausbildung DIÄTETIK
Ausbildungsumfang ca. 200 UE
Dauer ca. 24 Monate

Am Ende der Ausbildung wird eine Prüfung abgelegt. Bei erfolgreicher Teilnahme erhält man das Zertifikat „Chinesische Diätetik“ der SMS.

Was ist chinesische Diätetik?

In China war man sich schon sehr früh bewusst, wie wichtig eine ausgewogene Ernährung für das allgemeine Wohlbefinden ist, und sah Nahrungsmittel als milde Therapeutika an, mit deren Qi-Kraft sich auf das Qi im menschlichen Organismus korrigierend einwirken lässt. Lebensmittel werden in der chinesischen Diätetik entsprechend ihrer Wirkung auf den Menschen nach dem gleichen Ordnungsschema wie die Arzneimittel beschrieben:

Ihr **Temperaturverhalten** (kalt bis heiß) gibt Aufschluss über ihre energetische Dynamik und zeigt an, ob ein Lebensmittel das Qi stark oder nur leicht bewegt (zum Beispiel bewirken Chilis eine Beschleunigung der physiologischen Prozesse, Wassermelonen eine Verlangsamung).

Die **Geschmacksrichtung** (salzig bis scharf) gibt an, in welcher Schicht ein Lebensmittel wirksam ist. Die energetische **Wirktendenz** besagt, ob ein Lebensmittel emporhebt, absenkt, an der Oberfläche oder in der Tiefe wirkt (Frühlingszwiebeln wirken emporhebend, Spinat absenkend, Zimt wirkt an der Oberfläche, Tomate in der Tiefe). Der **Funktionskreisbezug** gibt an, in welchem Funktionskreis bzw. in welcher Leitbahn das Lebensmittel seine Wirkung entfaltet.

Die Aussagen über die **Wirkrichtung** der Nahrungsmittel ermöglichen ein genaues Abstimmen auf andere Therapieverfahren der Chinesischen Medizin (wie Akupunktur, Arzneimitteltherapie) und auch ihre vorbeugende Anwendung. Diese qualitative Betrachtungsweise eines Nahrungsmittels ist neu für uns im Westen, wo wir die Lebensmittel eher unter quantitativen Gesichtspunkten (Kalorien, Nährstoffe) betrachten.

Inhalt der Diätetik-Ausbildung

Der Ausbildungszweig zur chinesischen Diätetik ist nach dem Baukastenprinzip gegliedert. Außerdem können die Kurse auch einzeln belegt werden. Es empfiehlt sich, zunächst am Kurs Grundlagen und Diagnostik der Chinesischen Medizin sowie an den beiden grundlegenden Kursen Diätetik I und II teilzunehmen. Eine Besonderheit stellen praktische Kochkurse (in kleinen Gruppen zu etwa 18 Personen) dar.

Die Fortbildung umfasst mindestens 15 Wochenendkurse, die sich über 1,5 bis 2 Jahre erstrecken. Sie richtet sich vor allem an TCM-Therapeuten, die sich diesem Thema ausführlicher widmen wollen, sowie an Ernährungswissenschaftler, Diätassistenten oder Gesundheitsberater.

Ziel der Ausbildung ist es, die Absolventen in die Lage zu versetzen, eine umfassende Ernährungsberatung nach den Prinzipien der Chinesischen Medizin zu geben und entsprechend beruflich einzusetzen.

THEORETISCHE KURSE

Grundlagen und Diagnostik der Chinesischen Medizin

20.-22. Januar 2017 (20 UE)
 26.-28. Januar 2018 (20 UE)
 18.-20. Januar 2019 (20 UE)

Einführung in die Grundlagen der Chinesischen Medizin (Qi, Yin/Yang, Fünf Wandlungsphasen); Erstellung einer chinesischen Diagnose (Puls- und Zungendiagnostik).

Diätetik I (12 UE)

04./05. Februar 2017
 03./04. Februar 2018
 02./03. Februar 2019

Theoretische Grundlagen und besondere Merkmale der chinesischen Diätetik; Übersicht über die Lebensmittelgruppen und ihre therapeutische Anwendung; Vorstellung und Vergleich wichtiger Einzelmittel.

Diätetik II (12 UE)

25./26. März 2017
 14./15. April 2018
 18./19. Mai 2019

Weiterführung der theoretischen Grundlagen der chinesischen Diätetik; Vorstellung und Vergleich ausgewählter Einzelmittel; Empfehlungen für eine gesunde Ernährungsweise aus Sicht der Chinesischen Medizin.

Diätetik III (12 UE)

13./14. Oktober 2018

Klinische Anwendung der chinesischen Diätetik bei häufigen Erkrankungen (z. B. Atemwegs-, Magen-/Darmerkrankungen).

Diätetik IV (12 UE)

17./18. November 2018

Klinische Anwendung der chinesischen Diätetik bei häufigen Erkrankungen (z. B. Hauterkrankungen, Wechseljahrsbeschwerden).

Funktionskreise I (12 UE)

18./19. März 2017
 17./18. März 2018
 16./17. März 2019

Einführung in die Physiologie, Pathologie und Therapie der „Lungen“- und „Mitten“-Funktionskreise mit klinischen Beispielen und Fallbesprechungen.

Funktionskreise II (12 UE)

20./21. Mai 2017
 05./06. Mai 2018
 11./12. Mai 2019

Einführung in die „Leber“- und „Herz“-Funktionskreise.

Funktionskreise III (12 UE)

01./02. Juli 2017
 30. Juni/01. Juli 2018
 29./30. Juni 2019

Einführung in den „Nieren“-Funktionskreis und in die wichtigsten Krankheitsagenzien.

Lebensführung in der TCM (12 UE)

09./10. Juni 2018

Grundlagen der chinesischen Lebensführung; historischer Überblick; Empfehlungen für die verschiedenen Jahreszeiten, Tageszeiten und Lebensalter; das Ineinandergreifen der verschiedenen Verfahren wie Qigong, Taiji, Diätetik und Tuina.

PRAKTISCHE KURSE

Diätetik-Praxisseminar (12 UE)

04./05. März 2017
 10./11. März 2018
 30./31. März 2019

Ernährungsberatung nach der Chinesischen Medizin mit Patientenvorstellungen zu einem speziellen Thema. Genaues Thema und Informationen im separaten Flyer und im Internet. **Prüfung.**

Diätetisches Kochen I (12 UE)

16./17. Juni 2018

Zubereitung von einfachen Grundrezepten der chinesischen Diätetik; Schwerpunkte: Gerichte mit Gemüse, Fleisch, Fisch und Tofu sowie Breie mit Abwandlungen.

Diätetisches Kochen II (12 UE)

11./12. Februar 2017
 16./17. Februar 2019

Zubereitung von einfachen Grundrezepten der chinesischen Diätetik; Schwerpunkte: Suppen und Getreidepfannen und ihre Abwandlungen.

Diätetisches Kochen III (12 UE)

24./25. Juni 2017
 20./21. Juli 2019

Zubereitung von einfachen Grundrezepten der chinesischen Diätetik; Schwerpunkte: sommerliche Gerichte, Salate und gedämpfte Teigtaschen in verschiedenen Abwandlungen.

Diätetisches Kochen IV (12 UE)

14./15. Oktober 2017
 12./13. Oktober 2019

Zubereitung von weiteren klassischen Gerichten der chinesischen Diätetik; Schwerpunkte: Tees/Getränke und verschiedene Gerichte.

Kurszeiten und -ort

Theoretische Kurse:

Sa. 10-13 Uhr sowie 14.30-17.30 Uhr, So. 10-13.30 Uhr.

Praktische Kurse:

Sa. 10-17 Uhr, So. 10-13.30 Uhr.

Grundlagen und Diagnostik:

Fr. 14-18 Uhr, Sa. 9-13 Uhr sowie 14.30-17.30 Uhr, So. 9-13 Uhr.

Alle Kurse finden in München statt.

HIERMIT MELDE ICH MICH FÜR FOLGENDE(N) KURS(E) AN

<input type="checkbox"/>	Diätetik I	04./05.02.2017
<input type="checkbox"/>		03./04.02.2018
<input type="checkbox"/>		02./03.02.2019
<input type="checkbox"/>	Diätetik II	25./26.03.2017
<input type="checkbox"/>		14./15.04.2018
<input type="checkbox"/>		18./19.05.2019
<input type="checkbox"/>	Diätetik III	13./14.10.2018
<input type="checkbox"/>	Diätetik IV	17./18.11.2018
<input type="checkbox"/>	Grundlagen und Diagnostik der TCM	20.-22.01.2017
<input type="checkbox"/>		26.-28.01.2018
<input type="checkbox"/>		18.-20.01.2019
<input type="checkbox"/>	Diätetisches Kochen I	16./17.06.2018
<input type="checkbox"/>	Diätetisches Kochen II	11./12.02.2017
<input type="checkbox"/>		16./17.02.2019
<input type="checkbox"/>	Diätetisches Kochen III	24./25.06.2017
<input type="checkbox"/>		20./21.07.2019
<input type="checkbox"/>	Diätetisches Kochen IV	14./15.10.2017
<input type="checkbox"/>		12./13.10.2019
<input type="checkbox"/>	Lebensführung in der TCM	09./10.06.2018
<input type="checkbox"/>	Funktionskreise I	18./19.03.2017
<input type="checkbox"/>		17./18.03.2018
<input type="checkbox"/>		16./17.03.2019
<input type="checkbox"/>	Funktionskreise II	20./21.05.2017
<input type="checkbox"/>		05./06.05.2018
<input type="checkbox"/>		11./12.05.2019
<input type="checkbox"/>	Funktionskreise III	01./02.07.2017
<input type="checkbox"/>		30.06/01.07.2018
<input type="checkbox"/>		29./30.06.2019
<input type="checkbox"/>	Diätetik-Praxisseminar	04./05.03.2017
<input type="checkbox"/>		10./11.03.2018
<input type="checkbox"/>		30./31.03.2019
<input type="checkbox"/>	Prüfungstermine	04. März 2017
<input type="checkbox"/>		10. März 2018
<input type="checkbox"/>		30. März 2019

Gebühren pro Kurs

Theoretische Kurse (Diätetik1-4, Funktionskreise 1-3)

SMS-Mitglieder: 155 €, Nichtmitglieder: 205 €

Kurs „Grundlagen und Diagnostik“ (3 Tage)

SMS-Mitglieder: 250 €, Nichtmitglieder: 350 €

Kurse Diätetisches Kochen

SMS-Mitglieder: 180 €, Nichtmitglieder: 230 €

Pauschal für SMS-Mitglieder:

1.480 € für 10 Kurse (6 theoretische und 4 praktische Kurse)

Prüfungsgebühr: 50 €

SMS-Mitgliedsbeitrag: 180 € pro Jahr. Mitglieder erhalten unberechnet viermal jährlich die Zeitschrift „Chinesische Medizin“ (Jahresabonnement regulär 102 €).