

## KOMPAKTSEMINAR CHINESISCHE DIÄTETIK



Inhalt von Diätetik I + II aus dem Ausbildungszyklus

Im Rahmen dieses Kompaktkurses werden die Teilnehmer in die theoretischen Grundlagen der Chinesischen Diätetik und ihre besonderen Merkmale eingeführt. Weiterhin wird eine Übersicht über die Lebensmittelgruppen und ihre therapeutische Anwendung mit Vorstellung und Vergleich wichtiger Einzelmittel gegeben. Grundlegende Rezepte werden besprochen und Empfehlungen für die gesunde Ernährungsweise aus Sicht der Chinesischen Medizin eingehend behandelt.

Die dabei erworbenen Kenntnisse lassen sich sowohl gezielt in eine diätetische Beratung im Rahmen der Chinesischen Medizin als auch in den eigenen Alltag integrieren.

**Theoretische Schwerpunkte:** Grundlagen und besondere Merkmale der Chinesischen Diätetik; Übersicht über die verschiedenen Lebensmittelgruppen und ihre therapeutische Anwendung; Vorstellung und Vergleich wichtiger Einzelmittel. Empfehlungen für die gesunde Ernährungsweise nach den Tageszeiten, den vier Jahreszeiten und dem Lebensalter.

**Termin:** 29./30. März 2025

Samstag 9.00 – 12.30 und 14.00 – 18.00 Uhr, Sonntag 9.00 – 12.30 und 14.00 – 18.00 Uhr

**Ort:** Zoom-Online-Seminar

**Kursleiterin: Dr. Ute Engelhardt**, Sinologin, unterrichtet seit 1978 Taiji, Qigong und chinesische Diätetik. Veröffentlichungen u. a.: *Chinesische Diätetik* (3. Auflage 2006), *Die Klassische Tradition der Qi-Übungen (Qigong)* (2. Auflage 1998), Engelhardt, Hildenbrand, Zumfelde-Hüneburg: *Leitfaden Qigong* (2014), Engelhardt, Nögel, *Rezepte der chinesischen Diätetik* (2008).

**Kursgebühren:** 295 € für SMS-Mitglieder, 380 € für Nichtmitglieder

Zur Anmeldung bitte den Abschnitt unten an das Sekretariat der SMS, Offene Schule, Franz-Joseph-Straße 38, 80801 München, senden. Per Tel: 089/75 90 57 85, Fax: 089/75 90 57 86, E-Mail an: [a.gruell@tcm.edu](mailto:a.gruell@tcm.edu) oder per Internet: [www.tcm.edu](http://www.tcm.edu)

---

Hiermit melde ich mich verbindlich für das **Kompaktseminar Chinesische Diätetik I+II**, online am **29./30. März 2025** mit Dr. Ute Engelhardt an.

Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Telefon/E-Mail: \_\_\_\_\_

Datum, Unterschrift: \_\_\_\_\_

Die Kursgebühr bitte spätestens vier Wochen vor Kursbeginn auf das Konto der SMS, HypoVereinsbank München, Kto. 359 516 10, BLZ 700 202 70, IBAN: DE 0770 0202 7000 3595 1610, BIC: HYVEDEMMXXX überweisen. Eine Stornierung ist nur bis zwei Wochen vor Kursbeginn möglich. Danach können die Kosten nur erstattet werden, falls jemand von der Warteliste nachrückt.