

 Naturheilkunde

Wie der Lebensstil unsere Gene steuert

Unsere Gene bestimmen vieles – doch längst nicht alles. Die moderne Forschung zeigt: Wir können unsere Genaktivität und damit unsere Gesundheit durchaus selbst beeinflussen.

Epigenetik – das Bindeglied zwischen Genetik und Umwelt – erklärt, wie Umwelt, Verhalten, Stress oder auch Beziehungserfahrungen unsere Genaktivität regulieren, ohne dabei die DNA-Sequenz selbst zu verändern. Das hat Auswirkungen auf Gesundheit, Lernfähigkeit und Wohlbefinden und kann sogar weitervererbt werden.

Im Seminar lernen Sie die Grundlagen der Epigenetik kennen und erhalten fundiertes Wissen darüber, wie Gene durch Umwelteinflüsse moduliert, transgenerational weitergegeben und therapeutisch beeinflusst werden können. Darüber hinaus erwerben Sie Kompetenzen zur sicheren Auswertung epigenetischer Tests und zur Entwicklung individueller Strategien im Bereich Ernährung, Bewegung und Lebensstil für Ihre Klientinnen und Klienten.

Inhalt:

- Einführung in die Epigenetik
- Epigenetische Mechanismen
- Ernährung und Epigenetik: Auswirkungen verschiedener Nahrungsmittel und Ernährungsweisen auf epigenetische Prozesse
- Lebensstil und Epigenetik: Schlaf, Stressmanagement, soziales Umfeld, Hormone
- Transgenerationale Epigenetik
- Praktische Anwendungen und Übungen

Epigenetisches Wissen fördert eine ganzheitliche Gesundheitsbetrachtung, die Lebensgewohnheiten, Ernährungsverhalten und Umwelteinflüsse mit einbezieht. So können Sie Ihren Klientinnen und Klienten professionell helfen, die eigene Gesundheit besser zu verstehen und durch aktive Lebensstiländerungen positiv zu verbessern.

Das Seminar richtet sich an Heilpraktiker/innen (-anwärter/innen), Ärzt/innen, Ernährungsberater/innen sowie Fachkräfte aus dem Gesundheitsbereich.

Nutzen Sie die Chance, Ihr Wissen im Bereich Epigenetik zu vertiefen und damit einen konkreten Mehrwert für Ihre Klientinnen und Klienten zu schaffen.

Termine

Do, 20.08.2026

10:30–19:00 Uhr

Fr, 21.08.2026

15:00–20:00 Uhr

[und 12 mehr](#)

Preis

3.800,00 €

Online-Seminar

Dieses Seminar findet online statt.

Seminarnummer

SSC111280526

Anmeldemöglichkeiten

- ☑ Bei jeder Akademie
- ☑ Per Fax: 0261-952 52 33
- ☑ Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 22.03.2026

Dozentin

Yvonne Weingarten

Jg. 1972, drei Kinder. Nach ihrer Ausbildung zur Industriekauffrau mit ADA-Schein und mehr als 10-jähriger Berufserfahrung absolvierte Frau Weingarten die Ausbildung zur Heilpraktikerin für Psychotherapie. Sie arbeitet in eigener Praxis. Ihre Schwerpunkte sind Entspannungsverfahren, psychologisches Managementtraining, Hypnose, Betreuungsrecht – Betreuungspraxis für ehrenamtliche Betreuer/innen, Natural Voice, Reiki, Kinesiologie, Buschblüten, Geopathie, Radiästhesie, Feng Shui, Baby-Massage, physioenergetische Massage, ayurvedische Massage, Hot Stone, tibetische Massagen, Klangschalen, KM 1 nach P. Hess, Diabetesberatung, klassische Homöopathie, Ernährungsmedizin, Epigenetiktherapeutin u. a. Sie ist Autorin und legte in 2014 die Überprüfung zur Vollheilpraktikerin ab.