

 Naturheilkunde

## Nahrungsergänzungsmittel verstehen – Workshop

Was Sie brauchen und was Sie sich sparen können.

Vitamine, Mineralstoffe, Superfoods, Kapseln, Pulver – das Internet ist voll von Guides, Tipps und Empfehlungen. Überall liest man etwas anderes: der eine sagt, X sei unverzichtbar, der nächste schwört auf Y, der dritte will Z verkaufen. Schnell verliert man den Überblick und weiß nicht mehr, was wirklich sinnvoll ist.

In diesem kostenfreien Paracelsus Workshop erhalten Sie seriöse Orientierung im Supplement-Dschungel – verständlich, praxisnah. Unser Gesundheitswissenschaftler und Heilpraktiker Matthias Baum zeigt Ihnen fundiert, worauf es wirklich ankommt. Statt verwirrender Online-Informationen lernen Sie, wie Sie Ihre Gesundheit gezielt unterstützen können.

Sie erfahren:

- welche Mikronährstoffe tatsächlich relevant sind
- welche Sie bequem über Ihre Ernährung abdecken können
- wie Sie sinnvoll supplementieren, ohne unnötig Geld auszugeben oder Risiken einzugehen
- welche Mythen hartnäckig kursieren – und warum

Dieses Seminar richtet sich an alle, die ihre Gesundheit bewusst unterstützen möchten, sich fundierte Informationen statt widersprüchlicher Online-Tipps wünschen und endlich Klarheit gewinnen wollen.

Sichern Sie sich jetzt Ihren kostenfreien Platz – und starten Sie informiert und sicher in Ihre Supplement-Strategie!

### Termin

Di, 24.02.2026  
18:30–20:00 Uhr

### Preis

Kostenfrei! \*

### Online-Seminar

Dieses Seminar findet online statt.

### Seminarnummer

INF111240226

### Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten  
Erstellt 03.02.2026

#### Dozent

### Matthias Baum

Jg. 1988, verheiratet, 1 Tochter, Heilpraktiker und Gesundheitswissenschaftler. Über 15 Jahren in medizinischen, gesundheitsfördernden und therapeutischen Disziplinen tätig. Inhaber einer eigenen Praxis in Hamburg/Altona mit den Schwerpunkten: klinische Psychoneuroimmunologie funktionelle Labordiagnostik, Mikronährstofftherapie, personalisierte Ernährungsberatung und Darmgesundheit. Außerdem Gesundheitsberatung, Produkt- und Konzeptentwicklung, Projekte und Content-Kreation für Gesundheitsunternehmen, sowie Speaker & Dozent im Gesundheitsbereich. Seiner Expertise erlangte er durch seine Ausbildungen als Rettungsassistent und Trainer für medizinische Fitness, sowie durch den Bachelorstudiengang Physiotherapie/Theriiewissenschaft, Masterstudiengang Gesundheitswissenschaften und Masterstudiengang klinische Psychoneuroimmunologie.