

 Naturheilkunde

Ganzheitliche Ernährungsberatung – Diätetik in der TEN

Ernährung ist weit mehr als die Aufnahme einzelner Nährstoffe. Lebensmittel liefern Vitamine, Mineralstoffe, Eiweisse, Fette und Kohlenhydrate nicht isoliert, sondern eingebettet in eine natürliche Lebensmittelmatrix aus Ballaststoffen, sekundären Pflanzenstoffen und weiteren Begleitstoffen. Dieses Zusammenspiel macht Nahrung zu einem wichtigen Baustein für Gesundheit und Wohlbefinden.

Gleichzeitig war es selten so schwer, den eigenen Weg zu finden. Ernährungstrends, Diäten, widersprüchliche Empfehlungen und das Versprechen der schnellen Lösung sorgen oft für mehr Verunsicherung als Klarheit. Dabei gibt es nicht die eine richtige Ernährung für alle. Entscheidend sind Konstitution, Lebenssituation, Gewohnheiten und individuelle Bedürfnisse.

In dieser Ausbildung verbinden Sie bewährtes Wissen der Traditionellen Europäischen Naturheilkunde mit aktuellen ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen. Sie lernen, Ernährung ganzheitlich zu verstehen, Zusammenhänge einzuordnen und Menschen kompetent und alltagstauglich zu begleiten.

Ausbildungsinhalte

- Fette, Eiweisse, Kohlenhydrate und sekundäre Pflanzenstoffe
- Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente und Ballaststoffe
- Vollwertkost sowie vegetarische, vegane und weitere Ernährungsformen
- Lebensmittelqualität und natürliche Lebensmittelmatrix
- Fastenmethoden und Entlastungstage
- Darmgesundheit, Symbioselenkung und Darmsanierung
- konstitutionelle und humoralmedizinische Ernährungslehre
- Nierenfunktion und Säure-Basen-Haushalt
- Ernährung bei Stoffwechselerkrankungen
- psychosomatische Aspekte des Essverhaltens
- individuelle Ernährungskonzepte für die Praxis

Nach Abschluss verfügen Sie über fundiertes Fachwissen und Werkzeuge für eine kompetente Ernährungsberatung. Sie gewinnen Sicherheit darin, Orientierung zu geben, nachhaltige Veränderungen anzustossen und Menschen auf ihrem Weg zu mehr Wohlbefinden und einer gesundheitsfördernden Lebensweise zu begleiten.

Termine

Sa, 10.07.2027
09:00–17:30 Uhr

So, 11.07.2027
09:00–17:30 Uhr

[und 18 mehr](#)

Preis

4.200,00 CHF

Schule

Paracelsus Schule Zürich
Grünhaldenstrasse 6
8050 Zürich
Tel. +41 43 960 2000

Seminarnummer

SSH7092100727R

Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 28.07.2026

Dozent

Simon Oehler

Die erste Berührung mit der Naturmedizin hatte Herr Oehler während seiner Lehre als Detailhändler in einem Reformhaus. Er interessierte sich besonders für die Wirkung diverser Heiltees, sowie die Vorteile einer gesunden Ernährung. Als Migräniker suchte er nach Alternativen zur herkömmlichen Schmerztherapie und befasste sich näher mit der Alternativmedizin. Er absolvierte die Ausbildung zum Naturheilpraktiker mit Schwerpunkt Traditioneller Europäischer Naturheilkunde und Manuellen Therapien. Um manuell, ursächlich ausgerichteter zu arbeiten, erweiterte er die klassische Massagetechniken mit der sanften Wirbeltherapie nach Dorn, sowie der Akkupunkturmassage nach Radloff. Insbesondere die Dorntherapie wendet er bis heute oft an und kombiniere sie mit vielen anderen Methoden, wie zum Beispiel dem Schröpfen oder der Bioresonanztherapie. Die Bioresonanz mit