

Fastenleitung

Fachfortbildung

BEAUTY / WELLNESS



Fasten ist wie ein Frühjahrsputz für Körper, Seele und Geist.

Es bedeutet immer eine Zäsur, ein Innehalten und Rückzug aus dem Alltagstrubel und der

Reizüberflutung, der wir ständig ausgesetzt sind. Deshalb trägt dieses Verfahren der intensiven Reinigung nicht nur zur Entschlackung und Entgiftung des Körpers bei, sondern schafft auch neuen Raum durch die Lösung von seelischem und geistigem Ballast.

Während das Bindegewebe entstaut und entschlackt, der Darm regeneriert und das Immunsystem gestärkt wird, befreit sich der/die Fastende gleichzeitig von seelischen Blockaden und alten Denkstrukturen. Empfindsamkeit und Wahrnehmungsfähigkeit werden gestärkt.

Die Fortbildung lehrt das Fasten bei Gesunden, die das Bedürfnis nach Reinigung und einem neuen Körper- und Lebensgefühl haben. Ziel der Ausbildung ist die Befähigung der Teilnehmer/innen zum selbstständigen Leiten einer "Fastenwoche für Gesunde".

Seminarinhalte:

Physiologie des Fastens; Grundlagen des Verdauungssystems; verschiedene Fastenformen; Indikationen und Kontraindikationen; natürliche Unterstützungen beim Fasten (Heilpflanzen, Schüssler Salze, sanfte Bewegung, Einlauf, Leberwickel, Fußbäder, Massagen, basische Körperpflege, Ohrkerzenbehandlung); Umgang mit Fastenkrisen; Fastenbrechen und Kostaufbau; Möglichkeiten zur Ernährungsumstellung nach dem Fasten; Einführung in die Vollwerternährung; Unterstützung von Loslass- und Klärungsprozessen; psychologische Betreuung beim Fasten; Entspannungsverfahren und Meditation (AT, PMR, Phantasie Reisen); Planung, Organisation und Aufbau einer Fastengruppe; rechtliche Grundlagen und Werbung; Methodik der Gruppenleitung; Rhetorik und Motivation; Kreatives Gestalten

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Kissen, Decke, warme Socken, Wärmflasche, 2 Handtücher

Die im Stile eines Workshop gehaltenen Fachfortbildung richtet sich an Heilpraktiker/innen (-anwärter/innen), Ernährungsberater/innen, Fachkräfte aus dem Beauty- und Wellnessbereich, sowie weitere am Thema interessierten Berufsgruppen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Dozent/in HP Psy Claudia Dreßelmann: Diplom-Übersetzerin, Ausbildung zur Heilpraktikerin und zugelassene Heilpraktikerin für Psychotherapie. Fachfortbildungen zur Ernährungsberaterin und Entspannungstherapeutin folgten. Weiterbildungen in Hypnose, Klassischer Homöopathie, Aromapraxis und Entspannungstherapie für Kinder und Jugendliche. Seit 2009 als Ganzheitliche Ernährungs- und Gesundheitsberaterin und in den Bereichen Coaching und Lehre für Kinder und Erwachsene tätig. Ihr umfangreiches Wissen gibt sie gerne als Ausbildungsleiterin und Dozentin weiter.

Termine:

Sa. 25.10.2025

So. 26.10.2025

So. 09.11.2025

So. 16.11.2025

So. 30.11.2025

jew. 10:00-18:00 Uhr

Preis:

750,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie**

Zindelstr. 3-5

37073 Göttingen

Tel. 0551 - 573 47

Seminarnummer:

SSH34251025

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

