

Hormonsystem, Wechseljahre, Drüsenregeneration
und die Verlangsamung des Alterungsprozesses

Das neue Hormonsystem

aus ganzheitlicher Sicht

Ein sehr wertvolles Ausbildungsthema
für die Frau und den Mann im neuen Zeitgeist

Neu!



Freuen Sie sich auf dieses wichtige Ausbildungsthema und
sichern Sie sich einen festen Studienplatz für das neue Ausbildungsjahr!

Neuer Ausbildungsbeginn ist am 24. März 2016

Im Rahmen der ganzheitlichen Ausbildung zum Gesundheits-, Ernährungs- und Lebensberater/in ist für Sie zusätzlich das sehr interessante Sonderthema über das lebenswichtige Hormonsystem, die Wechseljahre sowie die Drüsen- und Keimdrüsenregeneration integriert.

Dieses Ausbildungsthema ist ein großer Gewinn für jede Frau und jeden Mann!

Hormone und Drüsen spielen als Informationsträger für die Gesundheit und Vitalität im Körper, Gehirn und Nervensystem eine zentrale Rolle. Ihr exaktes Zusammenspiel reguliert Wachstum, Energieumsatz, Fortpflanzung, Psyche, Immunsystem, den Schlaf- und Wachrhythmus, die Alterungsvorgänge sowie die Funktion der männlichen und weiblichen Keimdrüsen.

Es ist sehr wenigen Menschen bekannt, dass z.B. die Keimdrüsen der Frau und des Mannes den Alterungsprozess spürbar verlangsamen können und der Mensch dadurch sowohl geistig als auch körperlich länger gesund und vital bleiben kann!

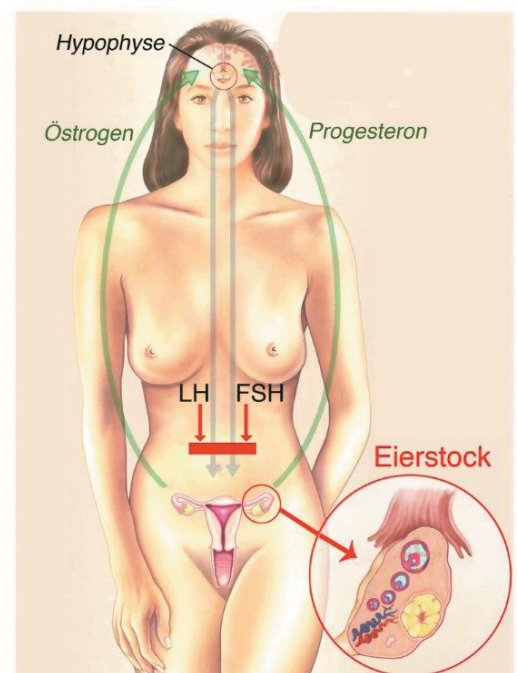
→ **Nachfolgende Ausbildungsthemen bilden für Sie ein wichtiges Fundament**

zur allgemeinen Drüsen- und Hormonregeneration und sind eine sehr wertvolle Hilfe bei Wechseljahresbeschwerden und zur Verlangsamung des Alterungsprozesses.

- Grundlegende Informationen über das weibliche und männliche Drüsensystem
- Seelische und ernährungsmedizinische Hilfen zur Regeneration des Hormonsystems
- Wovon hängt die Gesundheit des weiblichen und männlichen Hormonsystems ab?
- Gesunde Keimdrüsen und die geistige Vitalität bis ins hohe Alter
- Natürliche Hautverjüngung bzw. Verlangsamung des Alterungsprozesses der Haut- und Bindegewebszellen

Die ganzheitliche Frauenheilkunde:

- **Phytohormone** aus biologischen Lebensmitteln:
Welche pflanzlichen Quellen können das hormonelle Gleichgewicht positiv und ausgleichend beeinflussen?
- **Das Wechselspiel der Hormone:**
Sanfte Alternativen bei Hitzewallungen, nächtlichen Schweißausbrüchen, Herzrasen und Schlafstörungen?
- **Natürliche Hilfen** bei Myomen, Menstruationsstörungen und Stimmungsschwankungen
- **Das Prämenstruelle Syndrom** (Zeit vor den Tagen)
Welche Lebensmittel und Heilpflanzen wirken lindernd, krampflösend und entspannend?
- **Die wichtigsten Frauenheilkräuter** und deren ausgleichende, schützende und heilende Wirkung auf das Hormon- und Drüsensystem!



Wechseljahre – der Beginn einer neuen Lebensphase

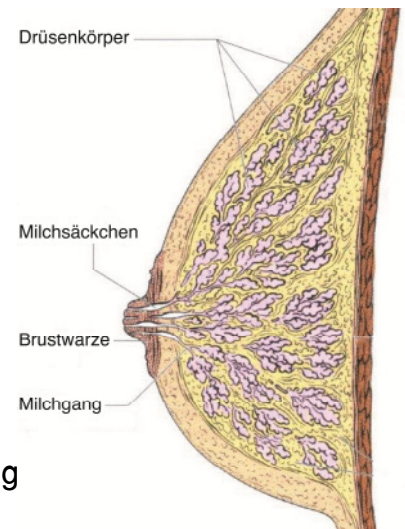
Die Wechseljahre der Frau – sich selbst neu erkennen

Die Wechseljahre können oftmals große körperliche, geistige und seelische Veränderungen bringen. Der Grund dafür ist ein zunehmend absinkender Hormonspiegel. Jede Frau weiß, dass diese Jahre einmal kommen werden. Deswegen ist es wichtig zu wissen, was man selbst tun kann, um gesund, vital und mit Freude durch diese Zeit des Umbruchs zu gehen.

Gerade in der **hormonellen Umstellungsphase** oder bei Drüsenstörungen hat eine entsprechende Ernährungs- und Lebensweise eine besondere Bedeutung

Die weibliche Brust:

- Warum können **Phytohormone** eine wertvolle Hilfe bei Brusterkrankungen, Gebärmutterstörungen und Erkrankungen der weiblichen Beckenorgane sein?
- **Sich bestmöglich ernähren:**
Die richtige Ernährung **in den Wechseljahren** und für Ihre Brustgesundheit: Was ist zu beachten?
- **Die weibliche Brust – Symbol der Liebe und Geborgenheit:**
Mögliche seelische Ursachen und Auslöser von Brusterkrankung
- **Natürliche Drüsenregeneration** durch sekundäre Pflanzenstoffe und Phytoöstrogene, wie z.B. Lignane, Isoflavone sowie heilungsfördernde Fettsäuren
- **Zysten und Gewebsveränderungen** in der Brust: Die tiefere Botschaft verstehen lernen – unterstützende naturheilkundliche und seelische Hilfen!



Pflanzenhormone aus natürlichen Lebensmitteln:



Welche Lebensmittel und Kräuter haben eine unterstützende hormonausgleichende Wirkung auf Östrogen, Progesteron, Testosteron, Keimdrüsen, Wachstumshormone und Serotonin?



Der Weg zu einer bewusst lebenden Männerpersönlichkeit

Der Körper eines Mannes unterliegt im Laufe des Lebens verschiedensten Veränderungen. Ab einem bestimmten Alter können auch beim Mann die Wechseljahre eintreten und sich durch körperliche Beschwerden und Symptome bemerkbar machen. Deshalb kommt der Ernährung und der Lebensführung eine entscheidende Bedeutung bei. Auch der Mann sollte wissen, was vorbeugend im ganzheitlichen Sinne zu tun ist, um länger gesund, positiv und mit Freude durch diese wertvolle Zeit zu gehen.

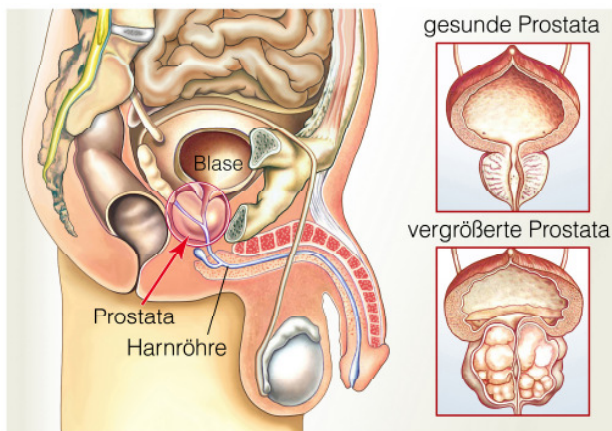
Die ganzheitliche Männerheilkunde:



Männersprechstunde – und das Prostataproblem:

Das große Problem bei Männern ist die Neigung zu **Prostata-Erkrankungen**.
Wie kann man diese Drüse natürlich schützen und regenerieren?

- **Die Wechseljahre** des Mannes:
Natürliche Hilfen bei Gewichtsveränderungen, Reizbarkeit, Stimmungsschwankungen, Schlafstörungen, Herz- und Kreislaufproblemen sowie bei abnehmender Testosteronbildung.



Die Prostata gehört zu den männlichen Geschlechtsorganen. Sie befindet sich unterhalb der Blase und umschließt die Harnröhre.

Wertvolle Heilkräuter

sowie **ernährungsmedizinische und seelische Hilfen** zur unterstützenden Regeneration und Heilung bei Neigung zu Prostatastörungen!

- **Fit und gesund im Alltag:**
Auch die Ernährungsumstellung und seelisch-geistige Lebensweise ist für den Mann sehr wichtig und sollte den hormonellen Veränderungen angepasst werden.
- **Männer, Entscheidungen und Gefühle:** Wie finden Männer den Mut zur inneren Liebe und zu Entscheidungen nach Ihren Gefühlen?



Der Mann bestimmt selbst durch seine Ernährungs- und Lebensweise sowie durch sein seelisches Verhalten das natürliche Gleichgewicht im gesamten Drüsen-, Hormon- und Nervensystem!

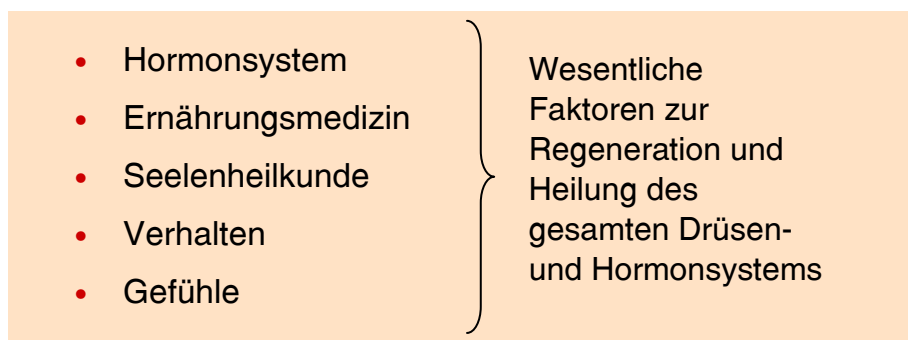
Hormondrüsen und Seelenheilkunde

Die Bedeutung des Hormonsystems für die seelische, körperliche und geistige Entwicklung

Das Gehirn und das Nervensystem sind der Schlüssel für die präzise Steuerung des gesamten Hormonsystems! Das Gehirn als oberste Steuerzentrale löst über das Nervensystem die Bereitstellung und Produktion der einzelnen Hormone aus. Worüber der Mensch nachdenkt, wie er sich fühlt und welche Entscheidungen er trifft, beeinflusst die Funktion der Hormondrüsen und die Produktion der entsprechenden Hormone.

Die hormonelle Heilkraft in sich selbst finden:

- Neueste Zusammenhänge zwischen seelischem Verhalten und Drüsensystem
- **Das Nerven- und Hormonsystem** ist eng miteinander verbunden:
Wie hängen Gehirn, Gefühle und die Gesundheit des Hormonsystems zusammen?
- **Wie die Seele den Körper beeinflusst:**
Was können Stressfaktoren sein und welche Auswirkungen haben diese auf das Gleichgewicht des weiblichen und männlichen Hormonsystems?
- **Hormonsystem und Seele:** Welche seelischen Lebensweisen stören und blockieren die empfindlichen Funktionsprozesse im Drüsen- und Hormonsystem?



Stufe für Stufe gelangen wir auf der Lebensleiter
zu immer mehr gesundheitlicher und seelischer Erfahrung und Weisheit

- **Die seelische Botschaft bei hormonellen Störungen verstehen lernen:**
Welche wertvolle und heilungsfördernde Hilfe kann das seelische Verhalten bei Störungen und Erkrankungen im Hormon- und Drüsensystem geben?
- ♥ **Der Beginn eines neuen Lebens – die Priorität der Seele erkennen:**
Warum sind die Wechseljahre für Frauen und Männer ein zentraler Zeitraum der Selbsterkenntnis, des inneren Wachstums und die Botschaft, **mehr zu sich selbst und zu seiner wahren Persönlichkeit zu finden?**

Länger jung und schön bleiben

Erkennen Sie die tieferen Zusammenhänge zwischen hormonellen Veränderungen, Wechseljahren, Haut und vorzeitigen Alterungsprozessen

Mit zunehmendem Alter kann es durch hormonelle Veränderungen zu einer veränderten Stoffwechsellätigkeit, Gewichtszunahme, schlaffer Haut, vorzeitiger Faltenbildung, mangelnder Durchblutung und Knochenabbau kommen. Da der Verjüngungsprozess vor allem von einer gesunden und sinnerfüllten Lebensweise abhängt, werden nachfolgende Seminare Ihnen helfen, das Thema Schönheit, Jugendlichkeit und geistige Flexibilität wesentlich besser zu verstehen.

Natürliche Hautverjüngung: Länger jung und schön bleiben

- **Der Schlüssel zu einer jünger aussehenden Haut:**
Natürliche Faktoren und frische Antioxidantien zur Neubildung des **Kollagens und Elastins**, damit Ihre Haut- und Bindegewebszellen länger straff und elastisch bleiben!
- **Wahre Schönheit und Glück kommen von innen:**
Warum sind inneres Glück und seelische Liebe eine wichtige Quelle für die nervliche und hormonelle Regulation sowie für die körperliche Gesundheit?



Schon ab ca. dem 35. Lebensjahr kann bei der Frau der Östrogen- und Progesteronspiegel langsam sinken. In der Folge kann die Haut trockener werden und Falten bekommen.

Wohltuende Masken zur natürlichen **Regeneration und Vitalisierung der Gesichtshaut** sowie des Hals- und Dekolletèbereiches!

- **Wechseljahre – und die Abnahme der Knochendichte:**
90% des gesamten Körperkalziums sind in den Knochen gespeichert!
Was kann man **ernährungsmedizinisch** und **seelisch** für die Knochengesundheit tun, um einer möglichen **Osteoporose** unterstützend vorzubeugen?

All diese wertvollen Ausbildungsthemen über das lebenswichtige Drüsen- und Hormonsystem sind für jede Frau und für jeden Mann goldeswert!

Von der lebenslangen
Bedeutung des Drüsen- und Hormonsystems

Schönheit, Heilung, Gesundheit

sowie geistige und körperliche Vitalität und die Verlangsamung des Alterungsprozesses sind eng mit dem menschlichen Drüsen- und Hormonsystem verbunden!



Deshalb lohnt es sich für jede Frau und für jeden Mann

das persönliche Ernährungsverhalten sowie die seelischen und zwischenmenschlichen Zusammenhänge rechtzeitig zu überdenken und zu verändern, um gesundheitlichen Problemen, Drüsenstörungen und Hormonschwankungen **vor, während** und **nach** den Wechseljahren unterstützend vorzubeugen.

Es ist eine zentrale Erkenntnis, dass gesunde Keimdrüsen

bei der Frau und beim Mann den Körper, das Gehirn, die Haut und die geistige Vitalität länger gesund, jung und schön erhalten können.



Sie sind zu dieser gewinnbringenden Ausbildung herzlich willkommen!

Freuen Sie sich schon jetzt
auf diese interessanten Ausbildungsthemen

und sichern Sie sich einen festen Studienplatz für das neue
Ausbildungsjahr 2016, denn die Ausbildungsplätze werden
in der Reihenfolge des Posteingangs reserviert!



Ihr Institut für Gesundheitsbildung

Christian Wilhelm Echter
Ausbildungsleitung

Institut für Gesundheitsbildung, Kantstraße 66, 86167 Augsburg

info@gesundheitsbildung.de, www.gesundheitsbildung.de

Tel: 0821-3495150, Fax: 0821-3495151

Diese Ausbildung ersetzt bei ernsthaften Erkrankungen nicht den Besuch
eines ganzheitlich und ernährungsmedizinisch orientierten Arztes oder Heilpraktikers