



Ausbildungsablauf

Modul	Inhalte	Zeit
TCM Basic 1	Einführung TCM Grundlagen 1 Yin – Yang; 5 Wandlungsphasen; Schöpfungs- und Kontrollzyklus; Vitalsubstanzen: Qi, Jing, Xue; Körperflüssigkeiten (Jinye) und 3 Erwärmer (Sanjiao); die fünf Shen: Hun, Po, Yi, Zhi, Shen;	2 Tage
TCM Basic 2	Einführung TCM Grundlagen 2 Pathogene Faktoren; Formen des Schmerzes; Funktion der Organe; TCM-Syndrome (Niere, Lunge, Milz, Herz, Leber); die acht Leitkriterien (Bagang); Einführung Zungendiagnose	2 Tage
TCM Basic 3	Energiemedizin Erkennen der Konstitutionstypen (Holz, Feuer, Erde, Metall, Wasser); Energiewahrnehmung; Yin und Yang Erdung; Energiediagnostik über die Hände und Energiezentren.	2 Tage
Ernährung 1	„Stärkung der Mitte“ Teil 1: Einführung in die 5 Elemente Ernährung; Grundprinzipien der 5 Elemente Ernährung: Energetik und Thermische Wirkung von Nahrungsmitteln; 5 Geschmäcker und Wirkrichtung; Klassifizierung von Lebensmitteln; 3 Erwärmer-Modell und Bedeutung der Mitte speziell in der Diätetik; Qi & Yang Mangel-Muster der Milz und der Niere: Diagnostik, Ernährungsprinzipien, und die wichtigsten für diese Indikationen benötigten Nahrungsmittel	3 Tage
Ernährung 2	„Stärkung der Mitte“ Teil 2: Blut und Yin Mangel Muster von Magen, Leber, Herz und Niere: Diagnostik, Ernährungsprinzipien und die wichtigsten für diese Indikationen benötigten Nahrungsmittel; Ernährungsprinzipien bei gleichzeitigem Yin –sowie Yang-Mangelmustern Leber-Qi und Blut Stagnationen: Diagnostik, Ernährungsprinzipien und die wichtigsten für diese Indikation benötigten Nahrungsmittel	3 Tage
Ernährung 3	„Stärkung der Mitte“ Teil 3 & Prüfung Feuchtigkeit und Schleim—Muster: Diagnostik, Ernährungsprinzipien; Nahrungsmittelpfehlungen zur Prävention und bei krankheitsauslösenden Substanzen; Yangisierende und Yinisierende Kochmethoden; Praxis der Bekömmlichkeit und Verdauungshilfen; Erarbeitung von Ernährungsempfehlungen anhand von Fallbeispielen; Ablauf einer präventiven Ernährungsberatung; Zwischen- & Abschlussprüfungen	3 Tage
TCM Basic 4	Refresher TCM Basic 1 & 2 Wiederholung und Vertiefung der Yin und Yang Disharmoniemuster, Entstehung Qi und Blut, Bewegungsrichtungen des Organ-Qi, Funktion der Organe etc.	2 Tage



TCM Basic 5	Diagnostik Teil 1 Erstellen einer TCM Diagnose; Wie erstelle ich eine Diagnose; Befunderhebung; die vier diagnostischen Kriterien; Diagnosemethoden: Zunge, Puls, Gesicht; TCM-Syndrome	2 Tage
Ernährung 4	Materia Diätetika –Nahrungsmittelkunde- Vertiefung Energetik der Nahrungsmittel, Temperaturverhalten, Geschmack, Funktionskreisbezug, Wirkrichtung, sowie individuelle Zusammenstellung der Nahrungsmittel nach Wirkung; Indikation und Kontraindikation; Wirkungsprioritäts-Stufen 1 und 2 nach SBO-TCM Nahrungsmitteliste	3 Tage
TCM Basic 6	Wandlungsphase „Wasser“ Physiologie, Pathologie: Erkennen der Muster von Blase und Niere, Leitbahnen, Punkte etc.	2 Tage
TCM Basic 7	Wandlungsphase „Holz“ Physiologie, Pathologie: Erkennen der Muster von Leber und Gallenblase, Leitbahnen, Punkte etc.	2 Tage
Ernährung 5	Praxis der fünf Elemente Ernährung Kochtechniken, Verdauungshilfen, jahreszeitlich angepasstes Kochen etc.	3 Tage
TCM Basic 8	Wandlungsphase „Feuer“ Physiologie, Pathologie: Erkennen der Muster von Herz & Dünndarm, Leitbahnen, Punkte etc.	2 Tage
TCM Basic 9	Wandlungsphase „Feuer“ Physiologie, Pathologie: Erkennen der Muster von Perikard & Sanjiao, Leitbahnen, Punkte etc.	2 Tage
Ernährung 6	Diätetik: Pathologie & Therapie/Beratung Teil 1 TCM Syndrome differenzieren, Behandlungsprinzipien festlegen und Behandlungen, sowie Therapiepläne bei Gastro-intestinalen Erkrankungen, Herz-Kreislaufkrankungen, respiratorischen Erkrankungen (HNO), Dermatologie, Allergien, Bewegungsapparat, Stoffwechselerkrankungen und Neurologie bestimmen	3 Tage
TCM Basic 10	Wandlungsphase „Erde“ Physiologie, Pathologie: Erkennen der Muster von Milz/Pankreas und Magen, Leitbahnen, Punkte etc.	2 Tage
TCM Basic 11	Wandlungsphase „Metall“ Physiologie, Pathologie: Erkennen der Muster von Herz/Dünndarm & Perikard/Sanjiao, Leitbahnen, Punkte etc.	2 Tage
Ernährung 7	Diätetik: Pathologie & Therapie/Beratung Teil 2 TCM Syndrome differenzieren, Behandlungsprinzipien festlegen und Behandlungen, sowie Therapiepläne bei Gastro-intestinalen Erkrankungen, Herz- Kreislaufkrankungen, respiratorischen Erkrankungen (HNO), Dermatologie, Allergien, Bewegungsapparat, Stoffwechselerkrankungen	3 Tage



TCM Basic 12	Diagnostik Teil 2 Befunderhebung; die vier diagnostischen Kriterien; Diagnosemethoden: Zunge, Puls, Gesicht; TCM-Syndrome	2 Tage
TCM Basic 13	Identifikation der Muster 1 Acht Leitkriterien (bagang), pathogene Faktoren, Qi, Blut, Jinye, den 6 Schichten, den 4 Ebenen, Sanjiao, den Leitbahnen	2 Tage
Ernährung 8	Diätetik: Pathologie & Therapie/Beratung Teil 3 TCM Syndrome differenzieren, Behandlungsprinzipien festlegen und Behandlungen, sowie Therapiepläne bei Gastro-intestinalen Erkrankungen, Herz- Kreislauferkrankungen, respiratorischen Erkrankungen (HNO), Dermatologie, Allergien, Bewegungsapparat, Stoffwechselerkrankungen und Neurologie bestimmen	3 Tage
TCM Basic 14	Identifikation der Muster 2 Acht Leitkriterien (bagang), pathogene Faktoren, Qi, Blut, Jinye, den 6 Schichten, den 4 Ebenen, Sanjiao, den Leitbahnen	2 Tage
TCM Basic 15	Methoden der TCM Guasha, Pflaumenblütenhämmerchen, Schröpfen, Moxibustion, Tape etc.	2 Tage
Ernährung 9	Diätformen & Suchtthematik Sucht und Genuss von gesundheitsschädigen Substanzen, Essstörungen: Bulimie (Purging und Non-Purging Typus) , Magersucht, Adipositas, Binge-Eating-Disorder); Biochemische Prozesse	3 Tage
Ernährung 10	Behandlungsstrategien für besondere Lebensphasen 1: Gewichtsprobleme und Gewichtsregulierung, Gynäkologie: Kinderwunsch, Schwangerschaft und Stillzeit, Kinderernährung, Wechseljahre	3 Tage
TCM Basic 16	Praktische Umsetzung der TCM „Fallbeispiele“ 1 Anhand von Fallbeispielen werden die TCM Basics vertieft und praxisrelevant eingesetzt.	2 Tage
Ernährung 11	Beratungspraxis: Live-Beratung, Üben der Beratungspraxis, Gestaltung von Beratungen, Grundkenntnisse der diätetischen Pädagogik	3 Tage
TCM Basic 17	Praktische Umsetzung der TCM „Fallbeispiele“ 2 Anhand von Fallbeispielen werden die TCM Basics vertieft und praxisrelevant eingesetzt.	3 Tage
Ernährung 12	Behandlungsstrategien für besondere Lebensphasen 2: Rekonvaleszenz, Alter Ernährung & Sexualität, vegetarische & vegane Ernährung	3 Tage
TCM Basic 18	Wiederholung & Prüfungsvorbereitung TCM Wiederholung der TCM-Basic Ausbildungsinhalte, sowie gleichzeitig Vorbereitung auf die Abschlussprüfung (GAP)	3 Tage
Ernährung 13	Refresher & Prüfungsvorbereitung Wiederholung der Ausbildungsinhalte und Prüfungsvorbereitung	2 Tage
AP	Abschlussprüfung Schriftliche Prüfung der TCM Basics, sowie schriftliche Diätetikprüfung Nicht Teil der Ausbildung; Zusatzkosten für AP 260,-CHF	2 Tage