

Einladung zum g5e „5-Elemente Ernährungstag“
**Thema: „Kopfschmerz und Migräne –
immer nur Leber-Gallenblase als Hauptauslöser?“**
Samstag, 26.05.2018 von 9.30 – 17.30 Uhr
Im Kochstudio „Die Pause“, Sigmundgasse 8, 1070 Wien

Wir laden Euch herzlich zu einem spannenden Weiterbildungs-5-Elemente-Ernährungstag ein! Der g5e Verein (Gesellschaft für Ernährung nach den 5 Elementen) steht für ein Netzwerk von ErnährungsberaterInnen, die nach den Grundsätzen der Traditionellen Chinesischen Medizin arbeiten. Nähere Vereinsinfos unter: www.tcm-ernaehrung.at

Unsere Referentin **Mag. Judith Kraus-Bochno** ist Ernährungswissenschaftlerin und TCM-Ernährungsberaterin. Neben ihrer langjährigen Mitarbeit als TCM-Ernährungsexpertin in den Döngl Gesundheitszentren in Gars/Kamp kooperiert sie seit 1995 mit Frau Dr. med. Sonja Laciny im TCM ZENTRUM WIEN und betreibt ihre eigene Praxis für Ernährungsberatung & Lebensstilkorrektur in Mauerbach. In unterschiedlichen Gebieten und zahlreichen Betätigungsfeldern erweitert Fr. Mag. Kraus-Bochno seither ihre Erfahrung und ihr Fachwissen – u.A. als selbständige Lehrbeauftragte und Referentin für die Österreichische Gesellschaft für kontrollierte Akupunktur OGKA, Wiener Schule für TCM, Donauuniversität Krems, Biogena Akademie und der Pädagogischen Hochschule PH Wien. Ebenso ist sie als Gesundheitsreferentin für Ernährung an den Wiener Volkshochschulen im Bereich Erwachsenenbildung und als Ernährungsexpertin und Referentin mit Schwerpunkten wie Gesundheitsvorsorge, TCM und LM-Unverträglichkeiten tätig. Seither folgen immer wieder Weiterbildungen in zahlreichen Fachgebieten wie TCM-Diagnostik und westlicher Kräutertherapie.

Einzelne Schwerpunkte dieses Fortbildungstages:

Kopfschmerz und Migräne – immer nur der Leber-Gallenblase Funktionskreis als Hauptauslöser? Falsche Ernährungsgewohnheiten, ungünstige Nahrungsmittelkombinationen, emotionaler Stress und Mikronährstoffmängel können das gesamte Funktionskreislaufsystem nachhaltig beeinflussen! Wie bei vielen anderen Beschwerden, können Kopfschmerzen und Migräne aus Sicht der TCM unterschiedliche Ursachen haben und deshalb ist es wichtig, eine klare Diagnose zu erstellen! In diesem Seminar werden die unterschiedlichen differentialdiagnostischen Merkmale und TCM Ernährungsstrategien als unterstützende Therapie bei den unterschiedlichen Kopfschmerz- und Migränemustern aus Sicht der TCM erörtert. Durch die Bestimmung der Einflussfaktoren, des Zeitpunktes des Auftretens, der Schmerzqualität und der Lokalisation der Kopfschmerzen kann man zusätzlich die Pathologie der vier wichtigen Lebenssubstanzen Xue, Qi, Yin und Yang erkennen. Denn Kopfschmerz ist nicht gleich Kopfschmerz! Erst durch zusätzliche Beachtung dieser Pathologie kann man eine nachhaltige Behandlungsstrategie für Kopfschmerzen und Migräne erarbeiten und mit Ernährung, Kräuterpräparaten, Mikronährstoffergänzungen sehr gut begleitet und unterstützt werden.

Kosten für g5e-Mitglieder € 75,- und Nicht-g5e Mitglieder € 95,-
(inkl. Pausenverpflegung und Mittags-Snack)

Anmeldung unter: office@tcm-ernaehrung.at.

Der Verein lädt alle g5e Mitglieder zum anschließenden gemütlichen Abendessen mit **jährlicher Generalversammlung & Netzwerken** ein. Genauere Infos folgen noch.

Wir freuen uns auf einen informativen „5-Elemente Ernährungstag“ und gemeinsames Netzwerken!

Liebe Grüße

Mag. Judith Kraus-Bochno & g5e Vorstand

**Eva Rieder
Obfrau**

**Susanne Durst
Stellvertreterin**

**Sabine Dobesberger, Msc
Schriftführerin**

**Mag. Susanne Lindenthal
Kassiererin**

Stornobedingungen

Die Stornierung von Anmeldungen ist bis zu 7 Tagen vor Beginn des Seminars möglich, ohne dass ein Teilnahmeentgelt zu bezahlen ist. Im Fall von Stornierung nach diesem Zeitpunkt ist bei ordnungsgemäßer Abmeldung 30 Prozent des Teilnahmeentgelts zu entrichten. Erfolgt keine Stornierung, ist der gesamte Teilnahmebetrag zu bezahlen. Im Fall der Stornierung sind die Teilnehmer jedoch berechtigt Ersatzteilnehmer zu nennen, sofern es sich um Teilnehmer der gleichen Kategorie handelt, d.h. ein Vereinsmitglied kann als Ersatz nur ein anderes Vereinsmitglied zum Mitgliederpreis benennen. Sollte der Ersatzteilnehmer kein Vereinsmitglied sein, muss die Differenz auf den Teilnahmebetrag aufgezahlt werden.

g5e Gesellschaft für Ernährung nach den Fünf Elementen Vereinssitz: Sigmundsgasse 8, 1070 Wien E-Mail: office@tcm-ernaehrung.at www.tcm-ernaehrung.at Sitz des Vereins: Wien, Vereinsregister: ZVR 583822185 Bankverbindung: Sparda Bank, BIC SPADATW1, IBAN AT371490022010029191