

KUR SINHALT

- Theoretische Einführung in die ayurvedische Ernährungslehre, inkl. kleine Gewürzkunde
Dr. phil. Syal Kumar, Leiter des Instituts für Traditionelle Indische Medizin (TIM)
- Vorstellung des Menüs mit seinen Details und Wirkungsweisen
- Angeleitete Zubereitung und gemeinsames Lernen
- Gemeinsames Essen
- Rezepte / Unterlagen werden zur Verfügung gestellt



KONTAKT

Erich Rothenfußer Akademie

an den Evang. Kliniken Essen-Mitte
Klinik für Naturheilkunde & Integrative Medizin
Am Deimelsberg 34a, 45276 Essen

☎ +49 (0)201 174 - 255 12

☎ +49 (0)201 174 - 250 00

✉ nhk-fortbildungen@kem-med.com

(Erreichbarkeit: Mo. – Fr., 9 – 12 Uhr)



Evang. Kliniken Essen-Mitte

KEM | Evang. Kliniken Essen-Mitte gGmbH

Evang. Huysens-Stiftung Essen-Huttrop – Henricistraße 92, 45136 Essen

Evang. Krankenhaus Essen-Werden – Pattbergstraße 1-3, 45239 Essen

Evang. Krankenhaus Essen-Steele – Am Deimelsberg 34a, 45276 Essen

☎ +49 (0) 201174-0 ✉ info@kem-med.com 🌐 kem-med.com 📷 📺 📱 📧

Ayurveda- Kochkurs

Leckeres und gut bekömmliches
Essen aus der Indischen Medizin

Gesunde
Kochkurse –
präventiv oder
heilungsunter-
stützend

 Evang. Kliniken
Essen-Mitte



TERMINE UND ANMELDUNG

Samstags, 14:00 Uhr bis ca. 18:00 Uhr

Termine, nähere Kursinformationen und Anmeldung unter:



<https://www.nhk-fortbildungen.de/fortbildung/patientenakademie/ayurveda-kochkurs>

oder



www.ayurveda-klinik.info

Die Anzahl der Teilnehmenden ist begrenzt, wir bitten daher um rechtzeitige und verbindliche Anmeldung.

ORT

Lehrküche der Klinik für Naturheilkunde & Integrative Medizin

Evang. Kliniken Essen-Mitte,
Standort Evang. Krankenhaus Essen-Steele
Am Deimelsberg 34 a, 45276 Essen

KOSTEN

Die Kursgebühr (inkl. Kursunterlagen) beträgt **€ 125,- pro Person**

Sehr geehrte Patientinnen, sehr geehrte Patienten,

mit ayurvedischer Küche die Gesundheit in die eigene Hand nehmen. Wie das geht, erfahren Interessierte in Kochkursen der Klinik für Naturheilkunde & Integrative Medizin an den Evang. Kliniken Essen-Mitte.

Die ayurvedische Medizin legt großen Wert auf die Ernährung und ihren Einfluss auf Gesundheit und Krankheit. Gesundes Kochen und Essen nach ayurvedischen Prinzipien kann maßgeblich zur Gesundheit beitragen.

Lernen Sie, Gerichte nach indischen Prinzipien mit speziellen Gewürzen zu kochen. Die ayurvedische Medizin bietet zahlreiche Rezepte für spezifische körperliche und geistige Beschwerden. In unserem Kurs stellen wir Ihnen einfache, gesundheitsfördernde und leckere Rezepte für gesunde Menschen sowie Rezepte zur Unterstützung bei Krankheiten und Beschwerden vor.

Herzlichst

**Ihr Team aus dem
Intitut für Traditionelle Ayurvedische Medizin**

KURSANGEBOT

TEIL 1 LECKER UND GESUND

Gerichte, die schmecken und wohltun

TEIL 2 INDISCHE KOST ALS MEDIZIN

Kräuter, Nahrung und Zubereitung aus ayurvedischer Sicht, die heilungsunterstützend wirken können

KURSLEITUNG

Dr. phil. Syal Kumar

B.A.M.S., MD, Arzt für Ayurvedische Medizin
und Leiter des Instituts für TIM

Sybille Wangen

Ayurvedatherapeutin

„Die Ernährung
ist die Grundlage
der Gesundheit“

Ayurveda