

## Gesund durch ein stabiles Immunsystem

Die Aktivität und die Balance unseres Immunsystems spielt eine entscheidende Rolle dabei, ob wir gesund bleiben oder zu Infekten, Allergien oder Autoimmunerkrankungen neigen.

Nicht alle Menschen, die mit Viren oder Bakterien in Berührung kommen, erkranken. Wir wollen uns daher zunächst anschauen, was für ein Wunderwerk unser Immunsystem ist, wie es arbeitet und kommuniziert und in Beziehung zu unseren Nerven und unserer Psyche steht.

Das Immunsystem kann durch Faktoren wie Lebensstil, Psyche und Umwelt durch Epigenetik sowohl positiv als auch negativ beeinflusst werden. Wir schauen uns an, was wir tun können, um gesund zu bleiben, denn mit einem starken Immunsystem sind wir vor Viren und anderen Erregern gut geschützt.

*Gesundheit bekommt man nicht im Handel, sondern durch den Lebenswandel.*

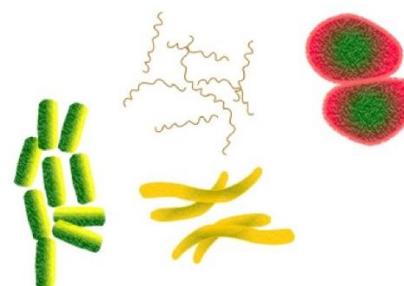
Sebastian Kneipp

Es kommt ebenfalls auf die Balance unseres Immunsystems an, ob wir zu Allergien, Autoimmunerkrankungen oder Krebs neigen. Auch hier wollen wir die Faktoren betrachten, die zuträglich für uns sind und die unserem Immunsystem helfen, seine Aufgabe zu erfüllen: uns gesund zu erhalten.

Täglich muss das Immunsystem im Körper degenerierte Zellen registrieren und dabei helfen, dass sie entsorgt werden. Das gelingt ihm auch, solange es im Gleichgewicht ist. Wie wir es dabei unterstützen, wird Inhalt dieses Seminars sein.

## Kursinhalte

- Das Wunderwerk unseres Immunsystems kennenlernen und verstehen
- Beziehung zwischen Immunsystem und Psyche
- Epigenetik und Immunsystem – welchen Einfluss hat unser Lebensstil?
- Bedeutung unserer inneren Balance für die Neigung zu Krebs, Allergien und Autoimmunerkrankungen
- Handwerkszeug und Alltagstipps, um unser Immunsystem zu stärken



## Kursleitung

**Dr. Kathrin Wollmann, Jg. 1963**

Diplom-Biologin und Heilpraktikerin

Seit 2004 in eigener Praxis tätig mit den Schwerpunkten Klassische Homöopathie und Energiearbeit. Arbeit als Dozentin und Referentin, u. a. seit vielen Jahren in der Ascendum Akademie.

[www.heilpraxis-wollmann.de](http://www.heilpraxis-wollmann.de)

“Als Biologin und Heilpraktikerin fasziniert mich vor allem der ganzheitliche Blick auf uns Menschen und es liegt mir sehr am Herzen aufzuzeigen, wieviel wir selbst für uns tun können, wenn wir die Schlüssel zu unserer Gesundheit kennen.“

## Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich an für:

### Workshop Immunsystem

- So, 13. November 2022

### Name, Anschrift, Telefon, E-Mail:

Bei Rücktritt von der Anmeldung bis 6 Wochen vor Kursbeginn wird die gesamte Kursgebühr zurück überwiesen. Bei Rücktritt bis 3 Wochen vor Beginn des Kurses werden 50 % der Gebühren erstattet. Bei einer Absage des Kurses innerhalb von 3 Wochen vor Beginn des Kurses können wir keine Erstattung mehr berücksichtigen. Möchten Sie von der Anmeldung zurücktreten, muss die Rücktrittserklärung schriftlich erfolgen.

Sollte der Kurs wegen Krankheit des Dozenten oder aus anderen Gründen ausfallen, werden die bereits bezahlten Kursgebühren rückerstattet. Weitere Ansprüche können nicht geltend gemacht werden. Die KursteilnehmerInnen handeln auf eigene Gefahr. Die Teilnahme an den Wochentagen / Wochenenden ersetzt keine medizinische oder therapeutische Behandlung. Schadensersatzansprüche – gleich aus welchem Rechtsgrund – gegen die Dozenten oder Dritte sind ausgeschlossen.

Mit der Anmeldung übermittelte Daten werden in der Akademie ausschließlich zum Zweck der Kursdurchführung gespeichert.

- Ich habe die Datenschutzerklärung der Ascendum Akademie unter [www.ascendum-akademie.de](http://www.ascendum-akademie.de) gelesen und zur Kenntnis genommen. Die Widerspruchsrechte nach Art. 15-21 DSGVO sind mir bekannt.
- Ich stimme zu, dass meine Anschrift und Kontaktdaten über eine TeilnehmerInnen-Liste den jeweils anderen TeilnehmerInnen und der Dozentin zugänglich gemacht werden.

### Datum, Unterschrift

---

Weitere Kurse der Ascendum Akademie:

Praxis-Workshop

## Gesundheit im Darm

Tages – Workshop

## Worte wirken

Tages – Workshops

Psychosomatik

Baum-Coaching

Innerer Reichtum

Mehr Informationen zu unseren Kursangeboten findest Du auf [www.ascendum-akademie.de](http://www.ascendum-akademie.de) oder in unserer Flyerwand.

*Ziel des Lebens ist Selbstentwicklung.*

*Das eigene Wesen völlig  
zur Entfaltung zu bringen,  
das ist unsere Bestimmung.*

Oscar Wilde

## Ascendum Akademie - mehr als eine Schule

In der Ascendum Akademie bedeutet Ausbildung mehr als Wissen zu vermitteln und Zertifikate oder Prüfungen durch einen guten Unterricht zu ermöglichen. Ausbildung heißt für uns auch, innerem Wachstum Raum zu geben, damit sich Potentiale entfalten können und sich das ganz eigene Profil eines jeden Menschen zeigt.

Freude an der Arbeit, präsent sein für Ihre Anliegen und die eigene Begeisterung, unser aller Gesundheit zu fördern und ein glückliches Leben zu führen ist das, was das Team der Akademie ausmacht.

Fachkompetenz und Einsatzbereitschaft der DozentInnen und des gesamten Teams sorgen seit 25 Jahren für den Ruf der Akademie als Ort, den Zuverlässigkeit und Tiefe prägen.

## Kursdaten

**Termin:** So, 13. November 2022

**Zeiten:** 10 – 16 Uhr

**Kosten:** 140 Euro

**Teilnehmerzahl jeweils:** 6 – 12

## Organisatorisch-Praktisches

Für den Workshop-Tag bitte Schreibsachen und eine Kleinigkeit für ein gemeinsames, vegetarisches Mittagsbuffet mitbringen.

## Praxis – Workshop

# Wunderwerk Immunsystem

Einfach gesund bleiben

## Seminar-Rücktrittsversicherung

Aus den unterschiedlichsten Gründen kann es passieren, dass Du kurzfristig von einer Seminar-Anmeldung zurücktreten oder eine begonnene Ausbildung abbrechen musst. Hierfür empfehlen wir Dir eine Seminar-Rücktrittsversicherung.

Mehr Informationen auf [www.ascendum-akademie.de](http://www.ascendum-akademie.de)

## Veranstaltungsort:



Ascendum Akademie

Hauptstraße 57  
24975 Hürup  
Tel. 04634-9397990  
[ascendum-akademie.de](http://ascendum-akademie.de)



Ascendum  
Akademie

Lernen  
Wachsen  
Heilen