



## INTENSIVSEMINARE

# TCM

## Ernährung/Diätetik & Therapeutisches Kochen



2022 – GRAZ



Österreichische Gesellschaft für  
Kontrollierte Akupunktur und TCM  
Glacisstraße 7, A-8010 Graz,  
Tel. +43 (0)316 / 374050-0, Fax +43 (0)316 / 374050-55,  
E-mail: office@ogka.at, www.ogka.at, www.tcmkongress.at



ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT FÜR  
KONTROLLIERTE AKUPUNKTUR UND TCM

mi.cha.e/GLETT/HOFER  
DR©2021

### Anmeldungskarte Graz 2022

Hiermit melde ich mich für die Ausbildung zum Intensivseminar  
„TCM Ernährung/Diätetik und Therapeutisches Kochen“ an.

Österreichische Gesellschaft für  
Kontrollierte Akupunktur und TCM  
Glacisstraße 7  
A-8010 Graz

Tel: +43 (0)316 374050  
Fax: +43 (0)316 374050-55

office@ogka.at  
www.ogka.at

- Ich wähle folgenden **Tarif:**  A  B  C  
Kursermäßigungen: A: Standardtarif • Tarif B: Turnus-/Assistenzärzte, Sekundärärzte, Kolleginnen in Pension, Kolleginnen mit vermindertem Einkommen • Tarif C: Studentinnen, arbeitslose Ärztinnen, Karenzgehl-bezieherinnen, Präsenzieller, Kolleginnen ohne Einkommen
- Ich bin OGKA-Mitglied  Ich möchte Mitglied werden

Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

e-mail: \_\_\_\_\_

Tel.-Nr. mit Vorwahl: \_\_\_\_\_



Stempel und Unterschrift: \_\_\_\_\_

# TCM Ernährung/Diätetik und Therapeutisches Kochen

Sehr geehrte Frau Kollegin,  
sehr geehrter Herr Kollege!

Gesundheit, Ernährung, körperliche & geistige Beweglichkeit und eine entsprechende Lebensführung sind große Themen der Gegenwart und stehen schon immer im Zentrum der TCM. Mit Hilfe der Traditionellen Chinesischen Medizin gehen wir individuell auf Menschen zu, indem wir uns mit einer ausführlichen Anamnese inkl. Zungendiagnostik einen Eindruck über den Allgemeinzustand verschaffen.

Wir wollen Ihnen das **Potential spezieller Lebensmittel und Kräuter** der Chinesischen Diätetik näher bringen und wie diese **in der modernen 5-Elemente-Küche** einfach und geschmackvoll eingesetzt werden.

Schließlich soll es auch Ziel sein, das eigene Fachwissen um die TCM-Ernährung zu vertiefen. Nur so ist es möglich, die eigenen Patienten hin zu einer besseren Lebensweise zu bewegen.

## Was Sie aus dem Seminar mitnehmen

- Therapeutisches Kochen mit einer traditionellen TCM-Köchin (jeweils an Kurssonntagen)
- Intensives Training der Zungendiagnostik – lernen Sie von hochkarätigen Experten die wichtigsten Tools
- Neue Themenschwerpunkte der TCM Ernährung
- Zahlreiche Gründe Ihrem Patienten/Klienten eine 5 Elemente Ernährungsberatung ans Herz zu legen, um eine schnelle Rekonvaleszenz zu erreichen bzw. fit zu bleiben
- Praktische Beispiele interaktiv erarbeitet
- Diskussionen und interaktiver Austausch mit Kollegen und anderen TCM Experten
- Die Wichtigkeit der engen Zusammenarbeit von TCM Ärzten und Ernährungsberatern
- Neue Energie & Motivation - Kochtipps & Tricks für Ihre berufliche und private Praxis
- Viele „News“ in einer netten Atmosphäre

Mag. Judith Kraus-Bochno  
Referentin der OGKA

Dr. Hong Shang  
Referentin der OGKA

## ■ 23./24. April 2022

### Anti Aging – alt bewährte TCM Rezepte und Anwendungen für ein langes und gesundes Leben

Egal ob Allergie, Nahrungsmittelunverträglichkeiten Stoffwechsellstörung, Zahnherde oder seelische Belastungen und Stress – alles spiegelt sich in der Haut wieder. Mangelernährung kann zu schlaffer, müder, trockener, oft auch spröder und rissiger Haut oder schlaffem Bindegewebe führen. Hier erfahren Sie wirkungsvolle Schönheitsrezepte und Tipps.

## ■ 11./12. Juni 2022

### Onkologie – TCM Diätetik als unterstützende Ernährungstherapie bei Krebs und begleitende Ernährungsmaßnahmen bei Behandlungen wie Bestrahlung und Chemotherapie

Die individuelle Erweiterung und integrative Umstellung der Ernährung ist neben einer Kräuterbehandlung, Akupunktur und Bewegungstherapie ein wesentlicher Bestandteil des Therapieansatzes bei Krebserkrankungen. Mit der Auswahl gezielter Nahrungsmittel können Beschwerden aber auch Nebenwirkungen von Chemotherapie und Bestrahlung gelindert werden.

## ■ 1./2. Oktober 2022

### Kinderwunsch – Fruchtbare Essen für Frau und Mann – TCM-Diätetik als unterstützende Ernährungstherapie bei Kinderwunsch

Die TCM und die Disziplin der dazugehörigen Ernährung wird immer häufiger bei Kinderwunsch als Ergänzung zur Schulmedizin angewendet. Über die individuelle Ernährung lassen sich kinderwunscherlevante Aspekte der TCM besonders gut beeinflussen. Schnell zubereitete und die Fruchtbarkeit unterstützende Alltagsrezepte speziell für Frau und Mann runden dieses Wochenende ab!

## ■ 26./27. November 2022

### Innere Medizin – Gastrointestinalen Beschwerden aus Sicht der TCM

In diesem Spezialseminar erarbeiten wir die Unterschiede in der Syndromdifferenzierung bei Beschwerdebildern wie Obstipation, Diarrhoe, Völlegefühl, Gastritis. Ebenso widmen wir uns dem Thema entzündliche Darmerkrankungen. Wie können diese festgestellt werden und mit der TCM Ernährung zielführend behandelt bzw. in die laufenden Therapieverfahren als unterstützende TCM Maßnahme integriert werden.

## ■ Referentinnen

### Mag. Judith Kraus-Bochno

Ernährungsberaterin nach TCM und Ernährungswissenschaftlerin, Praxis für Ernährungsberatung und Lebensstilkorrektur in Wien und Tulln, Referentin und Ausbilderin für TCM-Diätetik

### Dr. Hong Shang

Allgemeinmedizinerin, Medizinstudium TCM in China, Stationsärztin auf der HNO Klinik Graz, Praxis für TCM in Graz



## ■ Kosten

Kurse sind mit je 15 UE einzeln buchbar, bei Abo-Buchung (alle 4 Kurse) – 10%, Mindestteilnehmer: 15 Personen.

Tarif A	Standardtarif	€ 380,-
Tarif B	Turnus-/AssistenzärztInnen, pensionierte KollegInnen	€ 330,-
Tarif C	StudentInnen, arbeitslose ÄrztInnen, KarenzgeldbezieherInnen	€ 280,-

für Nichtmitglieder zuzüglich € 60,-  
Informationen zu Mitgliedschaften erhalten Sie unter [www.ogka.at](http://www.ogka.at) oder [www.g5e.at](http://www.g5e.at)

Die Sondertarife können nur gewährt werden, wenn gleichzeitig mit der Anmeldung eine schriftliche Bestätigung über die Einkommenssituation eingereicht wird. In allen anderen Fällen wird der Standardtarif verrechnet. Eine nachträgliche Rückerstattung ist aus organisatorischen Gründen leider nicht durchführbar.

■ **Kursort** Steiermarkhof, Ekkehard-Hauer-Straße 33, 8052 Graz, [www.steiermarkhof.at](http://www.steiermarkhof.at)

■ **Kurszeiten** Sa 9.00 – 19.00 Uhr  
So 8.30 – 13.00 Uhr praktischer Teil - therapeutisches Kochen

## ■ Anmeldung

OGKA, Glacisstraße 7, 8010 Graz,  
Tel. +43 316 374050 0, [www.ogka.at](http://www.ogka.at)