



Zur Person:  
Vom Beruf bin ich Dipl.-Ing.(grad)  
für Elektrotechnik und habe ein  
Zusatzstudium mit Berufsabschluss  
als geprüfter Präventologe  
abgeschlossen.  
Motto: „Hilf mir es selbst zu tun.“

Weitere Qualifizierungen:

Kneipp Gesundheitstrainer  
Geprüfter Vitalstoffberater  
Orthomolekular Therapie

*Christian Schulze*  
Präventologe

Praxis für Präventologie und  
Ernährungsberatung

[www.schulze22.de](http://www.schulze22.de)  
[www.harzgesundheit.de](http://www.harzgesundheit.de)  
<https://shop.schulze22.de>

Fuchsweg 22  
OT Barbis  
37431 Bad Lauterberg im Harz  
Tel.: 05524 8527 764  
Mobil: 0171 5515 396  
E-Mail: [info@jck-schulze.de](mailto:info@jck-schulze.de)



**PRAXIS**  
für  
Präventologie  
&  
Ernährungsberatung



**„Lass die Nahrung Deine Medizin sein  
und Medizin Deine Nahrung“**  
Hippokrates von Kos, 460 v.Chr.

*Ernährungs- und Vitalstoffberatung**Low-Carb: „Wissen wie Du isst“* --

vs. bariatrische Behandlung!

Alle sprechen von der vollwertigen Ernährung im Zusammenhang mit einem starken Immunsystem und der Gesunderhaltung von Körper, Geist und Seele.

Aber ist es das wirklich und warum habe ich dann trotzdem ein Gesundheitsproblem?

Es stimmt fast aber nicht ganz. Lassen Sie uns darüber reden und vieles mehr zum Thema Ernährung.

Mit der richtigen Ernährung können sie ihr Hormonkostüm maßschneidern. Über Kraft, Psyche, Ausdauer, mentale Stärke, Kreativität und Leistungsfähigkeit entscheiden sie selbst durch die geschickte Auswahl ihrer täglichen Nahrung.

Anruf genügt!

Ich freu mich auf Sie.

Sprechzeiten nach Vereinbarung

**„Wer sich richtig ernährt, der braucht keine Medizin.**

**Wer sich falsch ernährt, dem hilft keine Medizin.“**

(Hippokrates)

*Mein Angebot:*

- **Primärprävention:**

Förderung individuelles und allgemeines Gesundheitsbewusstsein, Beeinflussung Risiko- und Schutzfaktoren zur Verhinderung von Krankheiten. Gesundheitsrisiko minimieren.

- **Sekundärprävention**

Früherkennung / Frühtherapie von Gesundheitsstörungen zur Verbesserung der Heilungschancen bzw. Verminderung der Krankheitslast, z.B. bei kardiovaskulären Erkrankungen.

- **Tertiärprävention**

Vermeidung des Wiederauftretens erfolgreich behandelter Krankheiten, Vorbeugung des Fortschreitens einer chronischen Erkrankung, z.B. nach Krebs Op.

Behandlungsspektrum:

- Orthomolekulare Therapie
- Kneipp Therapie
- Kinderwunsch
- Wechseljahre
- Migräne
- Stressmanagement
- Herzerkrankungen
- Krebs
- Alterungsprozess
- Infektionen/Entzündungen
- Allergien
- Störung des Immunsystems
- Diabetes, Rheuma, Alzheimer
- Adipositas
- „Wissen wie Du isst“

„Der beste Weg zur Gesundheit ist der Fußweg“ S.Kneipp

*Nach welchem Ansatz wird gearbeitet?*

- **Salutogenetische - Gesundheitsförderung, d.h.:**
- Nach persönlichen Ressourcen orientiert
- Was hält mich gesund?
- Gesundheitsfaktoren
- Ganzheitliche Förderung
- Empowerment
- Stärkung der Selbstbestimmung

**„Nach meiner Meinung ist jene Heilmethode die beste, welche den ganzen Körper unterstützt, so dass alles Schädliche aufgelöst und ausgeleitet wird, jede Entwicklung einer Krankheit verhindert werden kann. Dann wird auch die kranke Stelle in Bälde geheilt sein.“**

Sebastian Kneipp (17. Mai 1821 – 17. Juni 1897)