



BlutTyp und GenoTyp Ernährung

nach Dr. Peter J. D'Adamo and Bloodtype Diets™

Wie kann ich meine Gesundheit positiv beeinflussen? Für weniger Gewicht, mehr Energie und einem besseren Immunsystem. Oder: Das effektive Zusammenspiel von Epigenetic und Nutrigenomic.

Die revolutionäre Idee, die Ernährung nach individuellen Voraussetzungen auszurichten, erfreut sich immer größerer Beliebtheit und findet auch in Fachkreisen immer mehr Beachtung. Der Schlüssel zum Erfolg liegt in der ganzheitlichen Betrachtung des menschlichen Körpers und der daraus resultierenden individuellen Ernährungskonzepte.

Die Empfehlungen der **BlutTypen-Ernährung** sind aktueller als jemals zuvor, und dies mehr als 20 Jahre nach der Ersterscheinung des Buches „4 Blutgruppen – Vier Strategien für ein gesundes Leben“. Eines der bemerkenswertesten Dinge dieser Ernährungsweise ist, wie konsequent wirksam sie sich gezeigt hat. Wir schauen immer nach Wegen, die neusten Erkenntnisse nutzend, um diese Ernährungsweise zu verbessern. Und, wir hören auch Ihnen zu. Die uns gemeldeten Erfahrungen haben zu wichtigen Durchbrüchen geführt und Dr. Peter J. D'Adamo fortwährend dazu motiviert, Wege zu einer weiteren Personalisierung von Ernährung und Gesundheitsvorsorge zu entwickeln.

Die **GenoTyp-Ernährung** führt die BlutTypen-Ernährung eine Stufe weiter, da sie Nahrungsmittel mit einbezieht, die sich im Körper wie zelluläre Medizin verhalten. Auf diese Weise wurde ein einzigartiges Gesundheitskonzept entwickelt, welches sowohl schonend wie effektiv zu einer nachhaltigen Gesundheit beiträgt.

Zu diesem interessanten wie revolutionären Thema veranstalten wir ein spannendes Seminar. Als Referenten konnten wir u.a. die Ernährungsexperten Tom und Jacqueline Greenfield gewinnen, die uns einen tiefen Einblick in die BlutTypen und GenoTyp-Ernährung gewähren.

Es erwartet Sie eine spannende Reise in den menschlichen Körper! Entdecken Sie zahlreiche verblüffende Erkenntnisse und erfahren Sie, welche positiven Kräfte sich durch eine richtige Ernährung frei entfalten können.

Seminar

Datum

Sa. 27.10.2018—Mo. 29.10.2018
(die Tage können komplett oder einzeln gebucht werden)

Samstag: BlutTypen-Ernährung
Sonntag: GenoTyp—Ernährung
Montag: Fortbildung für Ärzte, Therapeuten und Ökotrophologen (Erfragen Sie bei uns die Voraussetzungen zur Teilnahme)

Ort: Großraum Frankfurt

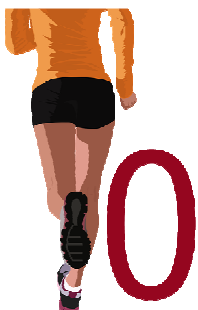
Referenten

Tom Greenfield, ND DO MRN MifHI
(Naturheilkundlicher Arzt)
Jacqueline Greenfield, ND NMD MifHI,
Dipl. Ac., NCCAOM LAc und weitere ...

Sprache: teils Deutsch und teils Englisch mit deutscher Übersetzung

Infos und Anmeldung:

E-Mail: info@4blutgruppen.de





BlutTyp und GenoTyp Ernährung

nach Dr. Peter J. D'Adamo and Bloodtype Diets™

Hintergrundinformationen

Können die Forschungen der Individualität unsere grössten Gesundheits-Probleme lösen?

Die Ernährung nach BlutTypen kann jedem zugute kommen. Sie müssen nicht krank sein, um die Wirkungen zu bemerken. Aber die meisten Menschen, die in die Praxis von Dr. Peter J.D'Adamo kommen oder Kontakt zu seiner Website aufnehmen, haben es mit einer schweren chronischen Krankheit zu tun oder haben eine beunruhigende medizinische Diagnose erhalten. Sie wollen wissen, wie sie die allgemeinen Richtlinien der BlutTypen-Ernährung verfeinern können, um ihre Gesundheit wieder herzustellen.

Die Chemie der BlutTypen liefert wichtige Hinweise auf die biologischen und genetischen Mechanismen die Gesundheit und Krankheit kontrollieren. Und In zunehmendem Maße wenden Ärzte und Heilpraktiker auf der ganzen Welt die Prinzipien der BlutTypen in ihren Praxen an, mit bemerkenswerten Ergebnissen.

Nutzen Sie Ihren BlutTyp zu Ihrem Vorteil.

Sie sind ein biologisches Individuum.

Haben Sie sich jemals gefragt, warum manche Menschen konstitutionell schwach und anfällig für Infektionen sind, während andere naturgemäß robust erscheinen? Warum sind manche Menschen in der Lage, bei einer bestimmten Diät abzunehmen, während andere scheitern? Warum altern manche Menschen schneller und zeigen frühe Anzeichen einer Degeneration, während andere in ihren späteren Jahren voller Vitalität sind?

Wir sind alle verschieden. Ein einzelner Tropfen Ihres Blutes enthält eine biochemische Signatur, die so einzigartig ist wie Ihr Fingerabdruck. Viele der biochemischen Unterschiede, die Sie zu einem

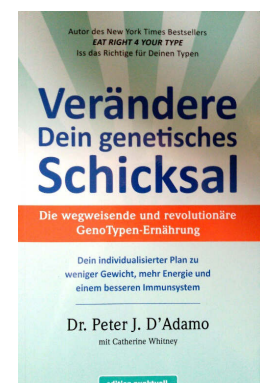
Individuum machen, werden durch das BlutTypen-Konzept erläutert.

Ihr BlutTyp beeinflusst jede Facette Ihrer Physiologie auf zellulärer Ebene. Es hat damit zu tun, wie Sie Nahrung verdauen, Ihre Fähigkeit, wie Sie auf Stress reagieren, Ihr mentaler Zustand, die Effizienz Ihrer Stoffwechselprozesse und die Stärke Ihres Immunsystems. Sie können Ihre Gesundheit, Vitalität und Ihr emotionales Gleichgewicht stark beeinflussen, indem Sie Ihren BlutTyp kennen und indem Sie BlutTypisch-spezifischen Ernährungs- und Lebensstilstrategien in Ihren Gesundheitsplan integrieren.

Seien Sie das biologische Individuum, das Sie bestimmt sind zu sein!

Die fünf Grundsätze der Nutrigenomic

1. Ungeeignete Ernährung = Risikofaktor für Krankheit
2. Chemikalien in der Nahrung ändern den Gen-Ausdruck und/oder verändern die Gen-Struktur
3. Der Grad in welchem Maß die Ernährung die Balance zwischen Gesundheit und Krankheit beeinflusst, beruht auf dem individuellen genetischen Profil eines Menschen
4. Manche ernährungsabhängigen Gene (und ihre normalen, gebräuchlichen Varianten) spielen wahrscheinlich eine Rolle beim Ausbruch, der Häufigkeit, dem Ablauf und/oder dem Ernst von chronischen Erkrankungen
5. „Vernünftige Nahrung“ - Ernährung, die auf die Genetik aufbaut, ernährungsbedingte Erfordernisse und Status – Vorsorge/Linderung bei chronischen Krankheiten

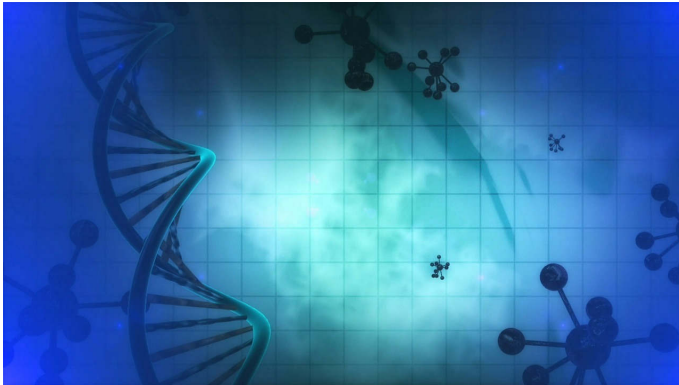




BlutTyp und GenoTyp Ernährung

nach Dr. Peter J. D'Adamo and Bloodtype Diets™

Erklimmen Sie die nächste Stufe



Die GenoTyp Ernährung ist die Gelegenheit Ihr Verständnis der personalisierten Medizin zu vertiefen. Die BlutTypen-Ernährung stellt Ihnen die grundlegende Ausrüstung zur Verfügung, Ihre biochemische Individualität zu bestimmen. Das GenoTyping stellt einen weiterentwickelten, vollständigeren und genaueren Weg dar, den menschlichen Körper zu verstehen, als die Blutgruppen-Ernährung alleine. Die Blutgruppe wird von einem Gen festgelegt – eines von insgesamt 30.000! Dieser einzelne Marker stellt uns eine außergewöhnliche Menge an nützlichen Informationen zur Verfügung, wie viele Patienten der BlutTypen-Ernährung bezeugen können. Die GenoTyp Ernährung spiegelt die Aktivität vieler anderer Gene wieder, nicht nur des Gens, das die Blutgruppe bestimmt. Auch wenn die Blutgruppe ein wichtiger Aspekt von GenoTyping ist, ist es nicht das einzige Gen, das von Bedeutung ist. Die GenoTyp Ernährung spiegelt anders als die Blutgruppen-Ernährung sowohl die Genetik als auch die Epigenetik wieder. Diese breitere Informationsbasis ermöglicht es uns, detailliertere und flexiblere Ernährungspläne zu entwickeln, die auf Ihre individuellen Bedürfnisse noch besser zugeschnitten ist.

GenoTyping: Eine Revolution in der Medizin

Ihre DNA, die Ihre Eltern Ihnen weitergeben, ist die Vorlage, die festlegt, wer Sie sind. Ihre Augenfarbe, Blutgruppe und die Krankheiten, für die sie anfällig sind, sind alle Teil Ihrer genetischen Veranlagung. Lang genug ging man davon aus, dass der Chromosomensatz die Gesundheit und Empfänglichkeit für bestimmte Gesundheitszustände voll und ganz bestimmt, bahnbrechende Forschungen des letzten Jahrzehnts haben jedoch gezeigt, dass dies nicht der Fall ist. Wissenschaftler entdeckten, dass die Umgebung eine wichtige Rolle bei der Aktivierung bestimmter Gene spielt, vor allem der Gene, die mit Krankheiten in Verbindung gebracht werden. Sie fanden heraus, dass die Entscheidungen, die wir in unserem Leben bezüglich Ernährung, Sport und Lebensstil treffen, bestimmte Gene durch den Prozess der Methylierung und Histonacetylierung „an-“ oder „ausschalten“ können. Wer Nahrung zu sich nimmt, die diese Prozesse positiv beeinflusst, dreht die Lautstärke der Gene wesentlich auf oder runter. Was

einst wie Sciencefiction schien ist jetzt Realität.

Das Wort **Epigenetik** bedeutet „zusätzlich zur Gensequenz“ und verweist auf jede Aktivität, die die Qualität der Genexpression ändert ohne dabei die grundlegende Struktur des Gens zu verändern. Wir wissen, dass wir unsere Gene von unseren Eltern geerbt haben, vor kurzem haben Wissenschaftler aber herausgefunden, dass wir auch ihre epigenetische Programmierung erben – ihre einzigartige Art und Weise Gene zum Schweigen zu bringen oder sie zum Sprechen zu ermuntern. Sie haben nicht nur die epigenetische Programmierung Ihrer Eltern geerbt, sondern auch die Ihrer Großeltern und Urgroßeltern.

Diese Programmierungsmuster sind jedoch nicht festgelegt, vom Zeitpunkt der Empfängnis an beginnen Ihre Gene auf die Bedingungen in der Gebärmutter zu reagieren und entwickeln so Ihre eigenen genetischen Antworten auf die Umwelt. Während Sie genetisch vielleicht so programmiert sind, auf eine spezielle Art zu reagieren, haben die Umweltbedingungen, denen Sie im Uterus sowie auch in Ihrer Kindheit und in Ihrem weiteren Leben ausgesetzt sind, die Fähigkeit, die Art und Weise zu verändern, wie Ihre Gene reagieren - sowohl positiv als auch negativ - indem sie Ihre eigenen epigenetischen Antworten entwickeln. Sie haben schon ein Leben lang unbewusst damit verbracht, Ihre Genaktivität durch Ihr tägliches Verhalten zu verändern. Mit der GenoTyp Ernährung haben Sie die Möglichkeit, durch die Auswahl von Essen, Nahrungsergänzungsmitteln, Sport und Lebensstil bewusst auf Ihre Gesundheit einzuwirken.

Gesundheit ist ein einfacher Zustand, wenn man weiß – wie!

Blieben Sie gesund indem Sie IHRER Natur folgen, IHREM BlutTyp, IHREM Instinkt.



Dr. Peter J. D'Adamo