



Die Kairos-Gesundheitsoffensive

Zweitätiges Kairos-Intensivseminar „Krankheit begreifen – Gesundheit erfahren“
Der nachhaltige Weg zu mehr Wohlbefinden und gesunder Leistungsfähigkeit

WIR FEIERN IHRE GESUNDHEIT



*Die Menschen leben nicht länger,
sie sterben länger.*

Michael Sommer, Osteopath, Heilpraktiker und Kairos-Trainer

Deutschland wird zunehmend kränker

In einer Welt unendlicher Möglichkeiten werden die Menschen zunehmend kränker. Mittlerweile haben 39 Prozent der deutschen Bevölkerung eine chronische Krankheit (Stand 2019). Und das obwohl 2015 ein Arzt auf 220 Einwohner kam - 1885 war es noch ein Arzt auf 3000 Einwohner. Knapp 15-mal im Jahr besucht der Deutsche heute durchschnittlich den Arzt. Das liegt im Vergleich zu unseren Nachbarländern weit über Durchschnitt. Die Deutschen werden derzeit im Durchschnitt 81,2 Jahre alt. Davon erleben sie aber lediglich 56 „gesunde“ Lebensjahre. Die restlichen Lebensjahre werden begleitet von gesundheitlichen Problemen und Krankheiten.

Wichtig für den Gesundungsprozess ist es zu verstehen,

- Was ist mein Hauptproblem?
- Was muss ich tun?
- Warum ist es wichtig für mich, das zu tun?

In der klassischen Kassenmedizin fehlt es an Zeit, Einfühlungsvermögen und Kommunikation auf Augenhöhe. Der Patient kann dadurch bislang nur etwa ein Fünftel der medizinischen Informationen von Arzt beziehungsweise Therapeut richtig wiedergeben. So suchen viele Patienten die vermeintlich richtigen Informationen im Internet. Mittlerweile informieren sich 64 Prozent der Internetnutzer über Gesundheitsthemen online. Dabei legen sie jedoch ihren Fokus mehr auf Krankheiten als auf die Gesundheit. Das Internet ist aufgrund der Fülle an Informationen zunehmend unübersichtlich geworden.

Zusätzlich werden viele Sachverhalte zu einseitig und polarisierend dargestellt. Wahrhaft ganzheitliche Betrachtungen fehlen meist. Außerdem kursieren im Internet viele Mythen, die einer genaueren Betrachtung nicht standhalten. **Fest steht: Der Mensch wird kränker.** Eine zunehmende Zahl von Menschen sucht nach geeigneten Lösungen, findet sie aber weder im klassischen Gesundheitssystem noch im Internet. **Und nun?**



*Körper-
bewusstsein*

Die Kairos-Gesundheitsoffensive

Gerade chronische Erkrankungen erfordern die Mitarbeit des Patienten. Dazu benötigen sie ein ausreichendes Bewusstsein für ihren Körper und ein „medizinisches Basiswissen“.

Doch der moderne Alltag entfernt die Menschen zunehmend von sich selbst. Außerdem kommt die Schule nicht ihrer Verantwortung nach einer wahrhaften Allgemeinbildung nach.

Deshalb möchten wir den Menschen die Chance bieten, besser mit ihren gesundheitlichen Problemen umzugehen und passende Lösungsansätze zu verfolgen.

Zu diesem Zwecke haben wir 2019 die Kairos-Gesundheitsoffensive begründet, die in den kommenden Jahren die Kompetenz auf Patienten- und Behandlerseite erheblich verbessern soll.





Zweitägiges Kairos-Intensivseminar „Krankheit begreifen – Gesundheit erfahren“

Kairos ist eine griechische Gottheit und steht für den günstigen Zeitpunkt einer Entscheidung, dessen ungenutztes Verstreichen nachteilig sein kann. **Gesundheit ist sicher nicht alles im Leben, aber ohne Gesundheit ist alles andere wenig wert.** Wir möchten mit Ihnen eine bewusste Entscheidung für Gesundheit treffen, um die Qualität in Ihrem Leben erheblich zu bessern.

Zu diesem Zwecke führen wir mithilfe verschiedener Untersuchungsmethoden eine individuelle Standortbestimmung durch. Es folgen Impulsvorträge zu den Themen, die Gesundheit maßgeblich positiv beeinflussen. Zu diesen Themen zählen unter anderem **Bewegung, Ernährung, Genetik und Epigenetik, Medikamente und Nahrungsergänzungsmittel, Umweltbelastungen, psychosoziale Gesundheit und Spiritualität.** Dabei verknüpfen wir evolutionsbiologische Grundprinzipien mit moderner Naturwissenschaft. Wir werden mit vielen Mythen des Internet und der etablierten Schulmedizin brechen und den Fokus weniger auf Krankheit als auf Gesundheit legen.

Gemeinsam erstellen wir durch zahlreiche interaktive Übungen Ihr individuelles, ganzheitliches Gesundheitsprogramm. Um es anschließend auch erfolgreich in die Tat umsetzen zu können, werden wir Ihnen entsprechende Therapeuten in Ihrer Region vorstellen. Nur 45 Prozent der Deutschen sind derzeit mit ihren zwischenmenschlichen Kontakten zufrieden. Die Verbindung zu anderen Menschen spielt jedoch eine große Rolle für die Gesundheit. Deshalb möchten wir auch die Teilnehmer untereinander zusammenbringen. Im Rahmen der Pausengespräche und einer gigantischen Abendveranstaltung werden sie Gleichgesinnte treffen und wertvolle Erfahrungen austauschen. Spaß und ehrliche Geselligkeit sollen dabei nicht zu kurz kommen.



Die Macht des **Kairos**

2015 wurde „Kairos – Institution für medizinische und persönliche Transformation“ im geschichtsträchtigen Weimar gegründet. Dem Arzt Dr. Karsten Wurm und dem Heilpraktiker Michael Sommer war es nach langjähriger Berufserfahrung und über 20-jähriger Tätigkeit im medizinischen Weiterbildungsmarkt ein Herzenswunsch, das heutige Medizinsystem zu verändern. Beide sahen es als überfällig an, eine menschliche Medizin wiederzubeleben.

Aus traditionellen Heilverfahren und moderner Wissenschaft entstand die „Kairos-Methode“. Dieses ganzheitliche Heilsystem ist in der Lage, gesundheitliche Beschwerden ursachenbezogen und effektiv zu heilen. Dabei werden körperliche, psychosoziale und spirituelle Aspekte gewürdigt – so wie es auch die Weltgesundheitsbehörde WHO schon seit langem fordert.

Die Kairos-Methode wird seit 2016 an Ärzte, Zahnärzte, Physiotherapeuten und Heilpraktiker im deutschsprachigen Raum weitergegeben, denn meist lassen sich die Ursachen für gesundheitliche Beschwerden nur interdisziplinär ausräumen. In den letzten Jahren bilden sich zunehmend regionale interdisziplinäre Netzwerke, die Patienten umfassend behandeln.

Einen Teil dieser Netzwerke werden Sie zum Kairos-Intensivseminar **„Krankheit verstehen – Gesundheit erfahren“** kennenlernen.



A woman is shown in silhouette against a warm, golden sunset background. She is looking upwards with her mouth open, as if enjoying the sun. A large, white, inverted triangle is superimposed on the right side of the image, containing the word "Gesundheit" in a red, cursive font. The overall mood is peaceful and healthy.

Gesundheit

Die Investition in Ihre Gesundheit

Immer mehr Menschen begreifen, dass es Gesundheit nicht für umsonst geben kann. **Auch die Möglichkeiten über das Krankenkassensystem und die etablierte Medizin schrumpfen immer mehr.** Die Suche nach geeigneten Heilmethoden und Behandlern erweist sich oft schwer und kann kostspielig werden. Deshalb haben wir ein Seminar entwickelt, das das Thema Gesundheit aus einem Guss vorstellt.

Wenn Sie das **Kairos-Intensivseminar „Krankheit verstehen – Gesundheit erfahren“** besuchen, investieren Sie in:

- ▶ zwei Tage **rund um Ihre Gesundheit**
- ▶ eine Blutentnahme, -analyse und -auswertung, die Ihren Stoffwechsel repräsentieren
- ▶ eine **Stress-Analyse** mittels Herzratenvariabilität (HRV), Blutdruckmessung und anderen Verfahren
- ▶ die Bestimmung Ihrer Körperzusammensetzung mittel Bioimpedanzanalyse
- ▶ die **Ermittlung Ihres biologischen Alters**
- ▶ umfassende Seminarunterlagen unter anderem zu den Themen **Bewegung, Ernährung, Umweltbelastungen, psychosoziale Gesundheit und Spiritualität**
- ▶ **umfassende Betreuung** durch das Kairos-Team und Kairos-Therapeuten
- ▶ Wasser rund um die Uhr, Pausenversorgung und Mittagessen
- ▶ **Gala-Abendessen** mit anschließender Live-Musik





Übernachungskosten und Frühstück sind nicht Leistungen zu Lasten des Seminars.

Für wen ist dieses Seminar gedacht?

Wir wenden uns an Menschen mit und auch ohne gesundheitliche Beschwerden, die den **Wert von Gesundheit schätzen können.**

Wir möchten Menschen erreichen, die ihre Lebensjahre so lange als möglich gesund verbringen möchten und die erkannt haben, dass dies nur mit Eigenverantwortung gelingen kann. Wir freuen uns auf Menschen, die offen sind für Neues und die verstanden haben, dass das eigene Schicksal mit dem der Gesellschaft verbunden ist. Sind Sie neugierig geworden?

Die Veranstaltung ist geeignet für Menschen ab dem 16. Lebensjahr. Familien sind willkommen.



Konkrete Inhalte des Kairos-Intensivseminar „Krankheit begreifen – Gesundheit erfahren“

Folgende Inhalte werden im Rahmen der zwei Tage beleuchtet:

1. **Wo wir herkommen und was das für uns bedeutet.** – Ein Blick zurück in die Menschheitsgeschichte sowie biologische Grundprinzipien unseres menschlichen Daseins
2. **Was ist Gesundheit, und wie können wir sie beeinflussen?** – Das Konzept der Salutogenese
3. **Warum wird die Menschheit zunehmend krank?** – Der Wahnsinn des 21. Jahrhunderts
4. **Wo stehe ich aktuell gesundheitlich? Was bedeutet das für mich? Wie kann ich etwas verändern?** Lohnt sich die Mühe?
5. **Was kann ich ganz konkret für meine Gesundheit tun?**
6. **Wozu bin ich auf dieser Welt?** – Die Sinnfrage im dritten Jahrtausend
7. **Was kann die Medizin leisten?** – Möglichkeiten und Grenzen der Schul- und Alternativmedizin, das neue Verhältnis zwischen Patient und Behandler
8. **Wohin bewegt sich die Welt im 21. Jahrhundert, und was hat das mit mir zu tun?** – Chancen der Menschheit in der globalen Krise

Durch das Programm führt Sie **Dr. med. Karsten Wurm**, Arzt und Orthopäde aus und mit Leidenschaft, seit über 15 Jahren in eigener Praxis, seit vielen Jahren unter den Top 5 des Ärztebewertungsportals Jameda und in der Empfehlungsliste des Zeitschrift Fokus, Visionär und Begründer der Kairos-Methode. Daneben wird es Impulsvorträge von anderen Experten ihres Fachgebietes geben.



*Gesundheit ist nicht alles,
aber ohne Gesundheit ist alles nichts.*

Arthur Schopenhauer,
Deutscher Philosoph, Autor und Hochschullehrer. 1788 - 1860

Veranstalter:

Kairos - Institution für medizinische und persönliche Transformation
Dr. med. Karsten Wurm
Landgraf-Karl-Strasse 21
34131 Kassel - Bad Wilhelmshöhe

E-Mail: info@kairos-institution.com
Web: www.kairos-institution.com
www.kairos-methode.com
Fax: +49 (0)561 - 31 36 80

