

Ernährungsberatung

Dienstleistungen

- 1. Individuelle Ernährungsanalysen (Vollwerternährung)**
- 2. Ernährungsberatung in besonderen Lebenslagen und Situationen (Ernährungsplan)**

- ☀ Im Leistungssport
- ☀ Des Kindes, Schulkindes, Essstörungen
- ☀ In der Schwangerschaft und Stillzeit
- ☀ Des älteren Menschen
- ☀ In den Wechseljahren, Osteoporose
- ☀ Bei Adipositas (Übergewicht)

- 3. Wie ernähre ich mich richtig?**

- ☀ Krebs – und Tumorerkrankungen
- ☀ Diabetes Typ II Ernährungsplan
- ☀ Rheumatische Erkrankungen
- ☀ Degenerative Erkrankungen, Arthrose
- ☀ Herz – Kreislauf, zu hohen Blutdruck, Cholesterin – und Fettstoffwechselerkrankungen
- ☀ Allergien, Zölliakie und Neurodermitis
- ☀ Erkrankungen des Magen – Darmtraktes und Sodbrennen (Helicobacter Bakterien)
- ☀ Erkrankungen der Niere und Harnblase
- ☀ Erkrankungen der Lunge, Haut und Schleimhaut
- ☀ Schüssler – Salze, Mineralstoffe – Therapien
- ☀ Richtiges Fasten: Anleitung und Möglichkeiten

- 4. Vorträge an verschiedenen Institutionen.**

- ☀ Schulprojekten Ernährung : Kindergarten, Einführungsklassen, Mittel – und Oberstufen (Mithilfe und Beratung)
- ☀ Fitnesszentren
- ☀ Öffentlichen Veranstaltungen.