

Ernährungspaket - Ihr Weg zum Wohlfühlgewicht (12 Wochen) € 550,-

Paketvorteil statt € 616,-

Sie versuchen schon lange erfolglos Gewicht zu reduzieren, haben viele Diäten ausprobiert, welche nicht den gewünschten Erfolg gezeigt haben. Folge- und Begleiterkrankungen wie Übergewicht, Insulinresistenz, erhöhte Blutfettwerte oder Gelenksbeschwerden sind eventuell auch schon aufgetreten. Nun wird es endlich Zeit alte Ernährungsgewohnheiten zu ändern - ich unterstütze Sie gerne dabei!

Folgende Leistungen sind inkludiert:

| | | |
|------------|---|--------|
| Termin 1 | <p>Aller Anfang...</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausführliche Ernährungsanamnese • Zielformulierung • Erstberatung & Berücksichtigung etwaiger (Vor-) Erkrankungen • Erläuterung zur Führung des Ernährungstagebuches • BIA-Messung inkl. Ergebnisinterpretation <p><u>Zum Termin mitzubringen:</u> aktuelle Laborbefunde und ernährungsrelevante sonstige Diagnosen, gegebenenfalls ärztliche Zuweisung.</p> | 90 min |
| Termin 2 | <ul style="list-style-type: none"> • Ausführliche Analyse des Ernährungstagebuches ¹ • Ziele weiter konkretisieren • Festlegung passender Empfehlungen für den Alltag • Auf ihre Bedürfnisse abgestimmte Beratungsunterlagen | 60 min |
| Termin 3-5 | <ul style="list-style-type: none"> • Impulsgespräch im zweiwöchigen Rhythmus zur Unterstützung und Begleitung im „Ernährungsalltag“ • Kontrolle der Vitalparameter | 30 min |
| Termin 6 | <p>Zu guter Letzt...</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abschlussgespräch • Strategieentwicklung für weitere, erfolgreiche Umsetzung • Klärung noch offener Fragen • BIA – Folgemessung inkl. Ergebnisinterpretation | 60 min |

Zusätzlich können Sie sich gerne bei dringend auftretenden Fragen telefonisch oder per E-Mail bei mir melden. Nach Abschluss des Programms empfehle ich nach spätestens drei Monaten die Vereinbarung eines weiteren Kontrolltermins inklusive BIA-Messung. Ernährungstagebuch und ärztliches Zuweisungsformular finden Sie in meinem Downloadbereich. www.diaetologie-maierhofer.at

¹ Bitte senden Sie mir das ausgefüllte Ernährungstagebuches spätestens 2 Tage vor unserem nächsten Termin zu. Dies gibt mir die Zeit, auf ihre ganz persönlichen Anliegen besser eingehen zu können.