

Ernährung geht uns alle an!

Individuelle Einzelberatung

Inhalte

Individuelle Ernährungsberatung wendet sich an alle, die ihre Essgewohnheiten überprüfen oder verbessern möchten.

In einem 30-minütigen Individualtermin erhalten Sie:

- Wege zum Wohlfühlen
- Informationen für Ihre persönliche Ernährung sowie Anregungen zum Kochen und Einkaufen
- Antworten auf Ihre Fragen zum Essen und Trinken
- Spezielle Themengebiete (Allergien, Fruktose, Laktose, Cholesterin, Bluthochdruck, Magen- und Darmerkrankungen, Übergewicht, Untergewicht, Vegane Ernährung etc....)
- Bei speziellen Fragen bitte vorab per mail kontaktieren, somit kann ich mich individuell auf das Gespräch vorbereiten.

Angebot

Einzelangebot/Beratung
min. 1 Teilnehmer pro Durchgang
max. 1 Teilnehmer pro Durchgang



Dozent

Tomma Günther

Diätassistentin DKL / DGE VDD zertifiziert
Einsatzgebiet: Thedinghausen und im Umkreis von 150km

Organisation

Dauer: 30 Minuten

Infomaterial hkk (wird von der hkk gestellt)

Raumausstattung im Betrieb:
Tisch, Stühle

Raumgröße: ca. 12m²

Halbtagesveranstaltung (4,5 Stunden im Block inkl. Pausen)

Gantztagesveranstaltung (8 Stunden im Block inkl. Pausen)

