

Die Bedeutung von Ernährung heute

Betrachtet man die Veränderungen der Nahrungsangebote, Auswahl, Zubereitung und Verzehrsgewohnheiten in den vergangenen 40 Jahren, so ergeben sich folgende bundesdeutsche Trends:

- Zunahme der Angebotsvielfalt bei gleichzeitiger Abnahme der örtlichen Verfügbarkeit für einzelne Menschen,
- Rückgang des Anteils von frischen herkömmlichen Lebensmitteln bei gleichzeitigem Anstieg von Fertigprodukten,
- Abnahme der Fähigkeiten, Fertigkeiten und der Bereitschaft, in den privaten Haushalten selbst zu kochen, bei gleichzeitig sinkendem zeitlichen Aufwand für das Kochen,
- Zunahme der Außer-Haus-Verpflegung, steigende Angebote und Durchmischung europäischer und internationaler Küchen,
- Verunsicherung der Verbraucher hinsichtlich der Nahrungsqualität,
- Zunahme von Lebensmitteln und von speziellen Nahrungsergänzungen, von denen ein Zusatznutzen für die Gesundheit erwartet wird.

Das Auswahlverhalten im Nahrungsüberfluss führt zu Übergewicht, Bewegungsmangel zu motorischen Auffälligkeiten.

20% der Versicherten in Krankenkassen verursachen 90% der Kosten, vor allem durch entstehende Erkrankungen des Herz-Kreislauf und Muskel-Skelett-Systems.



Meine Ernährungsberatung

beruht auf meiner **35-jährigen Grunderfahrung**. Seitdem haben mehr als **7.000 Patienten** ihre Ernährung erfolgreich umgestellt.

Sie können ganz „**normal**“ einkaufen, benötigen **keine** zusätzlichen **Schlankheitsmittel**. Unter Berücksichtigung **Ihres Tagesablaufs, Gewohnheiten und Ihrer körperlichen Verfassung** sowie evtl. bestehender Krankheiten, bekommen Sie ein **Ernährungsprogramm**, mit dem Sie **abnehmen**, zunehmen und/oder das **Gewicht halten können**, sich auf Dauer gesünder ernähren oder Beschwerden reduzieren können.

Beispiel für Beratungserfolge:

- Cholesterinreduktion in den Normalbereich
- Bis zu 1 kg Gewichtsreduktion

Betriebliches Gesundheitsmanagement

Professionelle Leistungen - für ihr gesundes Unternehmen. Wir sind im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements der „Alles aus einer Hand“-Dienstleister für Hannover und Umland.

Die Wirksamkeit und der Nutzen betrieblicher Gesundheitsförderung und Prävention sind schon lange kein Geheimnis mehr (vgl. iga.Report 28). Wir beraten, begleiten und initiieren Ihr ganz individuelles, gesundes Unternehmen. Das bedeutet auch, über uns können Sie alle daraus resultierenden Aufgaben und Lösungen beziehen. Bereits bestehende Ansätze integrieren wir gerne in unser Konzept und arbeiten kooperativ miteinander für Ihren maximalen Erfolg.

Anmeldekarte

Völgerstraße 7, 30519 Hannover

Tel: 0511/9886519

Fax : 0511 / 8443229

Ich melde mich verbindlich an
Name:

Straße:

Ort:

Tel.:

Kurs: ----- Gebühr:

- o ich zahle bar am 1. Kurstag
- o Abbuchungsermächtigung

Kontonummer Bankleitzahl
Inhaber

Bank und Ort

Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Gebühr, wenn nicht 24 Std. vorher abgesagt wird, ist die volle Gebühr fällig _
Unterschrift Datum

Einzelernährungsberatung bei

folgenden Erkrankungen :

- Adipositas
- Bluthochdruck
- Allergien
- Zöliakie
- Morbus Crohn
- Magersucht
- Diabetes
- Nierenerkrankung
- Immunschwäche
- Schuppenflechte
- Akne
- Verstopfung
- Magen-Darmerkrankung
- hoher Cholesterinspiegel
- Neurodermitis
- Herz- Kreislauferkrankung
- Gicht
- Rheuma
- Arthrose
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten

Krankenkassenzertifizierte Gruppenkurse.

Qualifikation

- Ausbildung zu Dipl. Oecotrophologin
 - Ausschließliche Anwendung wissenschaftlicher Erkenntnisse der modernen Ernährungswissenschaften (Oecotrophologie) unter Einbeziehung verhaltenstherapeutischer Elemente
 - Langjährige, erfolgreiche Zusammenarbeit mit Ärzten, Psychologen, Therapeuten und allen Krankenkassen
 - Regelmäßige Teilnahme an Fortbildungen, um die aktuellen Erkenntnisse der Ernährungswissenschaft in meine Beratung einbeziehen
- Anfahrtsbeschreibung Auto:**
Hildesheimerstr. Wülfel
Gargenburgerstrasse, rechts Locumerstr.
Links Völgerstr.



Strassenbahn:

Linie 1,8 Richtung Messe
Haltestelle Bothmerstr.
Höhe Tüv Nord



Praxis für Ernährungsberatung Beate Löffler

Beate Löffler Dipl.-Oec.
Völgerstr. 7

30519 Hannover

Telefon: 0511/9886519

Fax : 0511/8443229

Homepage: wellaris.de

E-Mail: info@wellaris.de

