

Ablauf - Individuelle medizinische Ernährungsberatung

Unsere Individuelle medizinische Ernährungsberatung wird aufgeteilt in eine **Erstberatung** sowie mehrere **Folgeberatungen**. Wie viele Folgeberatungen Sie benötigen kann individuell vereinbart werden.

Die Erstberatung

Unsere individuelle Ernährungsberatung bietet Ihnen Unterstützung in allen Fragen bezüglich einer **spezifischen Ernährung bei Erkrankungen oder Beschwerden** und zur gesunden Ernährung allgemein. Selbstverständlich können Sie bei uns auch ganz individuell begleitet **Gewicht abnehmen**. Die Beratung wird ausschließlich durch erfahrene, hochqualifizierte Experten in der Ernährungsberatung durchgeführt (Diätassistentinnen, B.Sc. Diätetik). Somit garantieren wir Ihnen eine Beratung auf höchstem Niveau.

Wir erfassen vorab Ihre **persönlichen Wünsche und Bedürfnisse** durch einen ausführlichen Fragebogen und Ihr persönliches Ernährungstagebuch. Dadurch kennen wir Ihren IST-Zustand und entwickeln mit Ihnen gemeinsam ein individuelles Ernährungskonzept für Ihr Wohlbefinden. Die Häufigkeit und Intensität der Beratung bestimmen Sie. Dabei können Sie auf alle Konzepte unseres Teams zurückgreifen.

Damit wir uns **optimal auf Sie vorbereiten und Ihre Bedürfnisse erfüllen** können, benötigen wir Zeit für Sie. Zeit, die Ihnen und Ihrem Wohlbefinden zugute kommt. Außerdem brauchen wir Ihnen einen motivierten und verlässlichen Partner, denn Sie müssen sich auf die Empfehlungen und Strategien einlassen, die wir Ihnen vorschlagen.

Inhalte der Erstberatung:

- Ernährungsanalyse auf der Basis eines standardisierten Fragebogens und Ihrer persönlichen Befunde
- Erarbeiten eines speziell auf Sie zu geschnittenen Ernährungskonzeptes
- Langzeitbetreuung zur schrittweisen Umsetzung des Konzeptes und der Strategien
- Bedarfsweise Hinzuziehung der Internistin und Ernährungsmedizinerin Dr. Claudia Thiel

Erstberatung direkt buchen

Die Folgeberatungen

Unsere individuelle Ernährungsberatung begleitet Sie langfristig zu Ihrem Wohlbefinden.

In den Folgeberatungen bieten wir Ihnen dauerhafte Unterstützung in der **spezifischen Ernährung bei Erkrankungen oder Beschwerden**.

Je nach Beschwerdebild oder Erkrankung bestimmen Sie die Anzahl an Beratungen, die Sie

benötigen.

Inhalte der Folgeberatungen:

- Vertiefung des speziell auf Sie zu geschnittenen Ernährungskonzeptes
- Langzeitbetreuung zur schrittweisen Umsetzung des Konzeptes und der Strategien
- Bedarfsweise Hinzuziehung der Internistin und Ernährungsmedizinerin Dr. Claudia Thiel

Weiterhin können Sie auf alle Konzepte unseres Teams zurückgreifen.

Folgeberatung direkt buchen

Beratungspakete

Wir bieten Ihnen dennoch zwei verschiedene Pakete an:

1. **Medizinische Ernährungsberatung mit 4 Terminen**
Eine Erstberatung und drei Folgeberatungen
2. **Medizinische Ernährungsberatung mit 6 Terminen**
Eine Erstberatung und fünf Folgeberatungen

Beide Angebote sind auch online möglich!