



Andreas Hoffmann
Ärztlich geprüfter Gesundheitsberater
Schwerpunkt Ernährungsberatung

Belßstraße 28 C
12277 Berlin

Fon 01 78 – 5 10 64 45
info@lebf.it.de
www.lebf.it.de

WWW.CDSDESIGN.DE

Kontakt

Vorbeugung von Zivilisationserkrankungen/ Beschwerden

Ich biete Ihnen:

- ▶ Persönliche Beratung
- ▶ Vorträge
- ▶ Mobile Präventionsberatung

zur Vorbeugung typischer Zivilisationserkrankungen wie Arthrose, Adipositas, Allergien, Herz-Kreislaufkrankungen, Magen-/Darmprobleme, Diabetes, Hauterkrankungen, Neurodermitis, Bandscheibenschäden, häufige Infekte, Osteoporose, Gicht, rheumatische Erkrankungen, Wirbelsäulenschäden

Hinweis:
Akute und chronische Krankheiten oder Psychotherapien allerdings gehören ausschließlich in die Hände von Therapeuten, wie Ärzt(inn)en oder approbierten Psychologen.

Individuelle Beratung

In einer auf Ihre persönlichen Bedürfnisse ausgerichtete Erstberatung (in der Regel 45 – 60 Minuten) und nach Bedarf etwa halbstündigen Folgeberatungen erarbeiten wir gemeinsam Ihren individuell angepassten Plan für eine Ernährungs-umstellung.

Preise

Erstberatung bis 45 Minuten	45 €
Erstberatung bis 60 Minuten	60 €
Folgeberatung bis 30 Minuten	35 €

Analysen und Beratungsmaterial werden nach Aufwand gesondert berechnet.

Angebot Basispaket

Erstberatung und zwei Folgeberatungen inkl. Analysen, Unterlagen, Beratungsmaterial	100 €
---	-------

Termine nach telefonischer Vereinbarung.

Angebot / Preise



Andreas Hoffmann
Ihr Gesundheitsberater.

Gesundheit ist ein Geschenk, das man sich selber machen muss.





© istockphoto.com/sjlocke

Ernährung im Alltag

Gesundheitsvorsorge

Fragen der Gesundheitsvorsorge nehmen in unserer Zeit einen immer breiteren Raum ein.

Die Erkenntnis, dass Vorbeugen besser ist als Heilen, findet in immer größeren Bevölkerungskreisen Anerkennung.

Gesundheit ganzheitlich betrachtet heißt:

- ▶ Den Menschen als Körper-Seele-Einheit zu begreifen und ihn nicht auf Messwerte zu reduzieren.
- ▶ Vorstellungen über die Ursachen einer Erkrankung zu finden.
- ▶ Krankheit als Weg zu verstehen.
- ▶ Die eigene Verantwortung für das eigene Wohlergehen erkennen.

Eine Ernährungsberatung braucht nicht unbedingt nur wer krank ist.

Ernährung im Alltag

- ▶ Die Ernährung liefert unserem Körper Nährstoffe, enthält aber auch Bestandteile, die einen negativen Einfluss haben können. Auch Über- oder Fehlernährung sind auslösende Faktoren von Gesundheitsschäden. Da der Körper lange Zeit von Reserven zehren kann, wird die Gesundheit schleichend geschädigt, das unglückliche Resultat tritt erst nach Jahren an die Oberfläche.
- ▶ Essen unbeschwert genießen, Lebensqualität und Vitalität bis ins hohe Alter behalten, heißt: Weg von Fast Food, weg von vielen Diäten, weg von Stress und Frustessen.
- ▶ Mit genussvollem Essen und Trinken, das dazu noch gesund ist, können Sie mehr erreichen, als Sie sich vorstellen können: Sie beugen Erkrankungen vor und stärken Ihr Immunsystem. Und mit der Zeit finden Sie ganz leicht zu Ihrem individuell richtigen Gewicht.



© istockphoto.com/E_B_E

Bausteine einer gesunden Ernährung

Bausteine einer gesunden Ernährung

Vitalstoffreiche Lebensmittel bzw. Nahrungsergänzungen. Es ist nicht nur wichtig, **was** wir essen, sondern vor allem auch, **wieviel** wir davon in unseren Körper aufnehmen.

Was nützen die höchsten Vitamin- und Mineralstoffmengen in einem Produkt, wenn diese dann gar nicht oder nur teilweise an den Ort ihrer Wirkung, zu den über 70 Billionen Zellen Ihres Körpers, gelangen?

Das von einem internationalen Expertenteam unter der Leitung von vielen Wissenschaftlern, Ärzten, Doktoren und Heilpraktikern in den letzten 15 Jahren entwickelte einzigartige NTC (Nährstoff-Transport-Concept) sorgt dafür, Voraussetzungen im Körper für die optimale Aufnahme aller Nährstoffe, Vitamine und Mineralien zu schaffen – unabhängig davon, ob diese aus Lebensmitteln oder aus den Produkten zugeführt werden.

Durch das einzigartige Nährstoff-Transport-Concept (NTC) erreichen Sie signifikant schnellere und bis zu 5- bis 10-fach bessere Resultate.

Die Produkte sind trinkbar und in der Resorption sowie in der schonenden und effizienten Zufuhr der Wirkstoffe den Produkten in Tablettenform, Presslingen oder Kapseln überlegen!



© istockphoto.com/ZoneCreative