

DER GESUNDHEITSHUNDERTER – EINE INITIATIVE DER SVA

Pauschalpreis
abzügl. SVA Gesundheitshunderter* 230 Euro
Ihre Kosten 100 Euro
130 Euro



DRAN BLEIBEN 1 Jahr Nachbetreuung durch Ihre Diaetologin

1 Jahr Nachbetreuung

Pauschalpreis: 230 Euro

5 Termine zur BIA Messung mit Ernährungsmedizinischem Gespräch

Nach einer erfolgreichen Gewichtsreduktion ist es gerade im ersten Jahr eine Herausforderung das Gewicht stabil zu halten und nicht wieder in alte Ernährungsfallen zu tappen.

Die regelmäßige Verlaufskontrolle (BIA Messung), Motivation und ein rasches Handeln helfen dran zu bleiben und einer erneuten Gewichtszunahme vorzubeugen. Die erlernten Ernährungsmaßnahmen werden regelmäßig (alle 10 Wochen) aufgefrischt und der Erfolg kann sich sehen lassen.

Zielgruppe:

Personen, die erfolgreich Gewicht reduziert haben und gerade im 1. Jahr eine ernährungsmedizinische Begleitung wünschen

1. Termin Status QUO (60 min)

Erfassung des Ist Zustandes (relevante Parameter)
BIA Messung (Analyse) mit Zieldefinition
10 Tage Ernährungsprotokoll (Auswertung)

2. Termin Die optimale Nährstoffversorgung (35 min)

BIA Messung (Therapieanpassung)
Einschulung Wochenplan zur Dokumentation
Modul Eiweißbedarf mit Unterlagen und Rezepten (auch für Vegetarier)

3. Termin Lebensmitteldetektiv (35 min)

BIA Messung (Therapieanpassung)
Wochenplan (Beurteilung & Adaption)
Auffrischung Einkauf und Etikettenlesen

4. Termin Die Seele isst mit (35 min)

BIA Messung (Therapieanpassung)

Wochenplan (Beurteilung & Adaption)

Modul „Emotional Eater“ – die Zeichen des Körpers erkennen

5. Termin Ihre Erfolge auf einen Blick (35 min)

Abschluss BIA Messung (Beurteilung Jahresverlauf)

Wochenplan (Conclusio)

Modul Rückfallprophylaxe – bereit für das was kommt

„DRAN BLEIBEN“ - eine sinnvolle Ergänzung zu „SVA is(s)t gesund“, zuerst erfolgreich abnehmen und dann mit professioneller Begleitung das Gewicht stabilisieren. Durch die Verlaufskontrollen alle 2 – 3 Monate und die Auffrischungsmodule gelingt es langfristig das Gewicht konstant zu halten und bei Bedarf rasch einzugreifen.



„Meine Arbeit in der Adipositas therapie hat mir gezeigt, dass eine vertrauensvolle und kompetente Begleitung, eine Anlaufstelle, wo man sich ohne schlechten Gewissen immer wieder hin wenden kann und die Eigeninitiative Betroffener, möglicherweise das Geheimnis eines nachhaltigen Gewichtsmanagements sind.“

Ihre Diaetologin

Angelika Achleitner

Praxis für Gesundheitsvorsorge & Therapie

Ernährungsmedizinische Beratung

Reitingerstraße 12/4641 Steinhaus bei Wels

Tel. 0699 12 67 2555

office@Ihre-Diaetologin.com

www.Ihre-Diaetologin.com

* Nach Vorlage der Rechnung und einer Zahlungsbestätigung erhalten Sie von der SVA 100 Euro refundiert. Nähere Informationen zu den Voraussetzungen für den SVA-Gesundheitsrunderter entnehmen Sie bitte unserem Informationsblatt!