

Spezielle Angebotspakete

Leistungspaket 1 (Ernährungstherapie mit ärztlicher Zuweisung)

Ernährungsoptimierung zur Gewichtsreduktion (ab BMI 30) oder bei Untergewicht / Mangelernährung zur Gewichtssteigerung

1. Beratungsgespräch	60 Min.	80 €	Anamnese, Zieldefinition, Gewichtsmanagement, Ernährungstagebuch
2. Beratungsgespräch	45 Min.	60 €	individuelle Ernährungsinformationen (DGE), Ernährungspyramide und praktische Umsetzung im Alltag, Portionsgrößen, Mahlzeitenrhythmus
3. Beratungsgespräch	45 Min.	60 €	E-Informationen, Körperwahrnehmung (Hunger/Sättigung), Einkaufstraining, Essen außer Haus, Tagespläne, Bewegung
4. Beratungsgespräch	45Min.	60 €	E-Informationen, Ernährungsbiografie, Gewohnheiten, Risikosituationen
5. Beratungsgespräch	45 Min.	60 €	Stärkung des neuen Essverhaltens, Rückfallprophylaxe
6. Ernährungstagebuch		60 €	Anleitung und Auswertung *

Gesamtbetrag (statt 510 €) **380 €** inkl. 5 x BIA-Messungen, Therapieplan mit Sichtung Labor u individueller Unterlagen

* alternativ: Auswertung mittels Nährwertfeinanalyse (computergestützt): 100 € Gesamtbetrag: **420 €**

Leistungspaket 2 (Ernährungstherapie mit ärztlicher Zuweisung)

Ernährungsoptimierung bei ernährungsbedingten Erkrankungen (z. B. Fettstoffwechselstörung, Bluthochdruck, Gicht, Osteoporose)

1. Beratungsgespräch	60 Min.	80 €	Anamnese, Zieldefinition, Ernährungstagebuch
2. Beratungsgespräch	45 Min.	60 €	individuelle Ernährungsinformationen (DGE), Ernährungspyramide und praktische Umsetzung im Alltag, Portionsgrößen, Mahlzeitenrhythmus
3. Beratungsgespräch	30 Min.	40 €	E-Informationen, Zutatenlisten, Einkaufstraining
4. Beratungsgespräch	30 Min.	40 €	Achtsamkeitstraining, Risikosituationen, Essen außer Haus
5. Beratungsgespräch	30 Min.	40 €	Stärkung des neuen Essverhaltens, Rückfallprophylaxe
6. Ernährungstagebuch		60€	Anleitung und Auswertung *

Gesamtbetrag (statt 420 €) **320 €** inkl. 2x BIA-Messung, Therapieplan mit Sichtung Labor und individueller Unterlagen

* alternativ: Auswertung mittels Nährwertfeinanalyse (computergestützt): 100 € Gesamtbetrag: **360 €**

Leistungspaket 3 (Ernährungstherapie mit ärztlicher Zuweisung)

Laktoseintoleranz, Fructosemalabsorption, Histaminintoleranz, Glutenunverträglichkeit, Lebensmittelallergien, Reizdarm

1. Beratungsgespräch	60 Min.	80 €	Anamnese, Zieldefinition, Ernährungs- und Symptomtagebuch
2. Beratungsgespräch	45 Min.	60 €	spezielle Ernährungsinformationen (DGE, Fachgesellschaften), Eliminationsphase 2-4 Wochen
3. Beratungsgespräch	45 Min.	60 €	Aufbauphase, Zutatenlisten, Risikosituationen, Außer-Haus-Verpflegung
4. Beratungsgespräch	45 Min.	60 €	individuell angepasste Ernährungspyramide zur Sicherung der Nährstoffaufnahme
5. Beratungsgespräch	45 Min.	60 €	Stärkung des erlernten Essverhaltens, Rückfallprophylaxe
6. Ernährungs- und Symptomtagebuch		60 €	Anleitung und Auswertung *

Gesamtbetrag (statt 460 €) **380 €** inkl. 2x BIA-Messung, Therapieplan mit Sichtung Labor und individueller Unterlagen

* alternativ: Auswertung mittels Nährwertfeinanalyse (computergestützt): 100 € Gesamtbetrag: **420 €**

Leistungspaket 4 (ohne ärztliche Zuweisung)

bei leichtem Übergewicht (BMI bis 30), für Vegetarier/Veganer, Schwangere/ Stillende, sportlich Aktive, Frauen in den Wechseljahren

1. Beratungsgespräch	60 Min.	80 €	Anamnese, Zieldefinition, evtl. Gewichtsmanagement, Ernährungstagebuch
2. Beratungsgespräch	45 Min.	60 €	individuelle Ernährungsinformationen (DGE), Ernährungspyramide und praktische Umsetzung im Alltag, Portionsgrößen, Mahlzeitenrhythmus
3. Beratungsgespräch	45 Min.	60 €	Achtsamkeitstraining, Zutatenlisten, Stärkung des erlernten Essverhaltens
4. Ernährungstagebuch		60 €	Anleitung und Auswertung

Gesamtbetrag (statt 320 €) **260 €** inkl. 3 BIA-Messungen, Behandlungsleitfaden und individueller Unterlagen