



Margaret Altmeier

Ganzheitliche Ernährungsberatung / Holistic Nutrition Consultations

Ganzheitlicher Ernährungsberatungskatalog

1. Vor und während der Schwangerschaft
2. Während der Stillzeit
3. Lebensmittel für Babys und Kleinkinder
4. Über-/Untergewicht
5. Lebensmittel für Fitness/Sportler
6. Diabetes, Gicht, Nierensteine, Schilddrüsen Über-/Unterfunktion, Hautprobleme
7. Allergien
8. Pilzinfektionen
9. Lebensmittel Intoleranzen (Gluten, Lactose, Fructose, Histamin, Sorbitol)
10. Wege, die Zuckersucht loszuwerden
11. Stoffwechsel ankurbeln
12. Lebensmittel für ein gesundes Herz, Zähne, Verdauungstrakt, Immunsystem, Atemwege, Leber, Bauchspeicheldrüse
13. Wechseljahre
14. Ältere Leute
15. Individuelle Food-Coaching (Kühlschrank-Check, begleitendes Einkaufen und Kochen, Koch-Demos)
16. Bibliothek mit ca. 60 Bücher, die ausgeliehen werden können
17. Arthrose Selbst-Hilfe Gruppe
18. Tipps wenn es um Auswärtsessen geht
19. Kochdemos: Mutter & Tochter; Grüne Smoothies; schnell, einfach & preiswerte Mahlzeiten
20. Standort: Stresemannstrasse 146, Raiffeisenstrasse 7, oder bei Ihnen zu Hause
21. Analyse Ihres Lieblingsrezeptes
22. Wenn man rückfällig wurde. Ich helfe Ihnen den Pfad wieder zu finden.
23. Besichtigung Margarets Küche