



Stundensatz allgemein 60 €

Ernährungsberatung präventiv

60 min. 60 €

30 min. 30 €

Ernährungstherapeutische Beratung *

Erstberatung 60 min. 60 €

Folgeberatung 30-45 min. 30 - 45 €

* inklusive Auswertung eines 4-tägigen Essprotokolls und Aushändigung von Informationsmaterial

Weitere Auswertungen und Alternativpläne

Ernährungsanalyse (mit Ermittlung des individuellen Energie- und Nährstoffbedarfes)

2 Tage 30 €

7 Tage 70 €

Alternativplan nach Vorlieben 1 Tag 20 €

Alternativplan nach Vorlieben 7 Tage 70 €

Kühlschrankcheck 60 € (zzgl. Fahrtkosten und Anfahrt)

Einkaufstraining 60 €

Kurse (können auf Wunsch auch in einer anderen Einrichtung stattfinden; z.B. in Bildungseinrichtungen)

"Abnehmen mit Leichtigkeit" 120 €

Bei Bedarf besteht die Möglichkeit der Beratung per Telefon oder E-Mail. Diese wird genauso wie eine persönliche Beratung berechnet (siehe Stundensatz).

Auf Wunsch besuche ich Sie auch zu Hause. Bitte haben Sie Verständnis, dass ich Ihnen hierfür die entstehenden Fahrtkosten berechne: 30 Cent/gefahrenem Kilometer und 12 € Fahrzeit pro gefahrene Stunde.

Vorträge/Workshops

Für einen themenspezifischen Workshop oder Vortrag unterbreite ich Ihnen gerne ein individuelles Angebot.