

Kostenloser Informationsabend

Freitag, den 12.11.21 von 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr im Kaminzimmer Hof Hesselmann

„Ganzheitliche Ernährungsberaterin“

Andrea Albers

ernaehrungsbegleitung_in_muenster@web.de



Du bist was Du isst!

(Aussage des deutschen Philosophen Ludwig Feuerbach (1804–1872))

Ich begleite und unterstütze Sie auf dem Weg zur Ihrer ganz persönlichen, individuellen gesunden Ernährung. Ohne Zählen von Kalorien und Aussprechen von Verboten helfe ich Ihnen, Ihr Wohlfühlgewicht zu entdecken. Mit Begeisterung, Spaß am Ersetzen von alten in neue Gewohnheiten, Freude am Kochen und auch gemeinsam Einkaufen möchte ich Sie gerne inspirieren.

Wir haben alle ein gemeinsames Ziel: Gesund und glücklich leben!

Hierbei geht es nicht nur um die Gesundheit Ihres Körpers, sondern auch um die ganzheitliche Betrachtung von **Körper, Geist** und **Seele**.

Ich freue mich sehr, Sie in einer lockeren Atmosphäre über die Möglichkeiten einer "ganzheitlichen Ernährung" (Ernährungspyramide, Handprinzip, TCM, Wohlfühlessen) zu informieren!

Selbstverständlich gelten an diesem Abend die aktuellen Coronarichtlinien