



MEIN ANGEBOT

- Ernährungsberatung
- Referent und Aussteller auf Fach- & Gesundheitsmessen
- Betriebliches Gesundheitsmanagement
- Gruppen oder Einzelseminare zum Thema Ernährung
- Ernährungsprotokolle & Fitnesspläne
- Beratung zu Allergien und Nahrungsunverträglichkeiten
- Mykotherapie (Vitalpilze) Beratung und Verkauf
- BIA Messung (Bioelektrische Impedanzanalyse)

Mein Angebot erstreckt sich von Einzelberatungen bis hin zur Gruppenberatung. Gerne gebe ich mein Wissen und meine Erfahrungen weiter und halte Vorträge in Firmen, Fitnessstudios, Kindergärten, Schulen, Altenheimen und anderen öffentlichen Einrichtungen. Wenn Sie wünschen, besuche ich Sie auch gerne Zuhause in Ihrer gewohnten Umgebung.




Isenburgerstraße 26


56276 Großmaiseid

info@ernaehrungsberatung-siegel.de

www.ernaehrungsberatung-siegel.de



TERMINE NACH VEREINBARUNG:
TELEFON: 0 26 89 / 95 87 28
MOBIL: 0 162/26 70 667



GANZHEITLICHE ERNÄHRUNGSBERATUNG SIEGEL





STEPHAN SIEGEL



BETRIEBLICHES GESUNDHEITSMANAGEMENT

PREIS- ÜBERSICHT



Gerne unterstütze ich Sie und Ihr Unternehmen von A (wie Apfel) bis Z (wie Zentralküche). Für eine betriebliche Verpflegung vom Snackautomat bis zur vollausgestatteten Betriebskantine habe ich Kontakte zu namenhaften Firmen und Lieferanten. Ich kümmere mich hier in Zusammenarbeit mit Ihnen um die Planung und Ausführung aller von Ihnen gewünschten Belange.

- Erstberatung (max. 120 Min.): 100,-€
- Jede weitere Beratung: 80,-€/Stunde
- BIA Messung inkl. Auswertung (15 Min.): 50,-€
- Hausbesuche: 0,30€/km

Die Preise verstehen sich zuzüglich der gesetzlich anfallenden Mehrwertsteuer.

Als gelernter Koch und Ernährungsberater habe ich mich schon immer mit gutem und leckerem Essen beschäftigt. Im Laufe der Jahre war ich Küchenchef in Deutschland, Australien und in Neuseeland. Aus dieser Zeit bringe ich viel Liebe und Leidenschaft für vielseitiges Essen aus den unterschiedlichsten Küchen mit.

Die Erfahrungen aus meinen Ausbildungen haben mich gelehrt, dass eine gesunde und ausgewogene Ernährung unverzichtbar ist.

Gehen Sie gemeinsam mit mir den ersten Schritt in Ihr neues, gesundes und leichtes Leben!

- Erarbeitung gesundheitsfördernder Strukturen am Arbeitsplatz
- Maßnahmen zur Förderung der Gesundheit
- Gruppenseminare zum Thema Ernährung
- Motivation und Stärkung der Belegschaft
- Workshops für ein gesundes Betriebsklima
- Vermittlung namhafter Lieferanten für eine gesunde Betriebskantine
- Begleitung kontinuierlicher Verbesserungsprozesse
- Optimierung von Arbeitsschutz und -medizin

Eure Nahrungsmittel sollen eure Heilmittel sein und eure Heilmittel sollen eure Nahrungsmittel sein.

Hippokrates von Kos (460 – etwa 377 v. Chr.), griechischer Arzt, „Vater der Heilkunde“