



Hautzentrum Wien

Dr. Sabine Schwarz & Partner GmbH

Niederhofstraße 39, 1120 Wien

Tel.: +43 1 817 49 93 E-Mail: info@hautzentrum-wien.at

<http://hautzentrumwien.at>

<http://neurodermitishilfe-wien.at>

Gesundes Abnehmen durch Ernährungsumstellung

Viele kennen es – trotz guten Vorsätzen und verschiedener Diäten ist es schwierig, das Gewicht langfristig zu halten. Zur nachhaltigen Stabilisierung des Körpergewichtes, zur Verbesserung unserer Gesundheit, sowie als Altersprävention ist eine maßgeschneiderte Ernährungsumstellung der wichtigste Schritt. Wir möchten Sie auf diesem Weg professionell unterstützen.

Unsere Ernährungswissenschaftlerin, Petra Zeilinger, hat sich während ihres Studiums aus wissenschaftlicher und praktischer Sicht über Jahre mit dem Thema gesunde Ernährung und gesunde Gewichtsreduktion beschäftigt. Auch dem Thema der Nahrungsmittelunverträglichkeiten widmet sie besonderes Augenmerk.

Sie wird Sie mit viel Erfahrung, Empathie und praktischen Tipps auf Ihrem Weg zu Ihrem Wunschgewicht und mehr Gesundheit unterstützen und begleiten.

Denn auch die Wissenschaft hat eindeutig bestätigt: Eine gesunde Darmflora, gesunde Ernährung und Gewichtsreduktion, führen nachweislich zur Verbesserung verschiedener entzündlicher, chronischer Erkrankungen. Für mehr Wohlbefinden und Gesundheit!

Auf Wunsch bieten wir Ihnen im Hautzentrum Wien zusätzliche Therapien an. Dazu zählen Körperformung durch Fett-Weg-Spritze und Radiofrequenz und ergänzende medikamentöse Unterstützung (zB. Ozempic®, Hormone ua.).

Schritt 1: Erstgespräch inklusive Bioelektrischer Impedanzanalyse

Im Erstgespräch befassen wir uns mit dem Istzustand, Ihrer individuellen Lebenssituation, möglichen Erkrankungen und möglichen Nahrungsmittelunverträglichkeiten. Wir besprechen gemeinsam Ihre Ziele und Ihr Wunschgewicht. Sie erhalten ein Ernährungstagebuch zur fortlaufenden Dokumentation Ihres Ernährungsverhaltens.

Weiters wird mit Hilfe der bioelektrischen Impedanzanalyse (B.I.A.) die Körperzusammensetzung festgestellt. Diese völlig schmerzfreie Methode ist wissenschaftlich anerkannt und mit zahlreichen Studien hinterlegt. Durch Messungen von Körperwasser, Körperfett und Zellmasse bekommen wir eine genaue Analyse des Körper-Istzustandes.

Schritt 2: Folgeberatung

Im ersten Folgetermin besprechen wir ihr Ernährungstagebuch. Sie erhalten individuell erarbeitete Ernährungspläne und dazu passende Rezeptvorschläge. Ergänzend werden unterstützende Präparate zur optimalen Versorgung des Körpers mit Mineralien, Vitaminen



Hautzentrum Wien

Dr. Sabine Schwarz & Partner GmbH

Niederhofstraße 39, 1120 Wien

Tel.: +43 1 817 49 93 E-Mail: info@hautzentrum-wien.at

<http://hautzentrumwien.at>

<http://neurodermitishilfe-wien.at>

und Spurenelementen oder Präparate zur Regeneration der Darmflora besprochen. Da eine Ernährungsumstellung ein langfristiger Prozess ist, der auch regelmäßig angepasst werden muss, werden die weiteren Folgetermine und deren Intervalle gemeinsam mit Ihnen festgelegt.

Schritt 3: Regelmäßige Folgetermine

Um Ihr Idealgewicht und Ihre Gesundheit nachhaltig zu bewahren, haben sich laufende Folgetermine über die Dauer von zumindest 6 Monaten bewährt, um Neugelerntes zu automatisieren.

Preise:

Ernährungsberatung Petra Zeilinger

-Erstgespräch und erster Folgetermin (je 60 Minuten) Erwachsene €150/Kinder €100
je Termin

-5er-Paket Folge-Kurztermin (je 30 Minuten) Erwachsene/Kinder €300*

-10-Paket Folge-Kurztermin (je 30 Minuten) €500*

(*Konsumation online oder im Hautzentrum Wien innerhalb eines Jahres nach Kauf)

Schnuppertermin: Bei diesem 10minütigen Termin zum Preis von €50 gibt Frau Zeilinger Einblick in die verschiedenen Themengebiete. Der Betrag wird mit einem Gutschein rückerstattet!

Zur Terminvereinbarung wenden Sie sich bitte an unsere Rezeption.