



Prävention

Für alle, die wissen wollen, ob Sie mit Ihrer Ernährungsweise ausreichend versorgt sind, wie Sie Ihre Ernährung verbessern können und wie Sie dies im Alltag sinnvoll umsetzen können.

Ziel	Ausgewogene langfristige Ernährung zur Verbesserung der Gesundheit
Dauer	2 x 75 Minuten
Inhalt	Wenn keine Gewichtsprobleme (Adipositas oder Untergewicht) und keine weiteren Erkrankungen vorliegen, können Sie eine präventive Ernährungsberatung(nach §20 SGB V) in Anspruch nehmen. Hierfür brauchen Sie keine ärztliche Empfehlung. Bei der Krankenkasse ist eine Bezugsschüssung möglich. Bei der Beurteilung der Ernährungssituation orientiere ich mich an den Empfehlungen der Fachgesellschaften für die Ernährungsformen Mischkost, vegetarische Kost und vegane Kost sowie für die Empfehlungen für Kinderernährung und Schwangerschaft/Stillzeit. Dieses Angebot ist auch als Geschenkgutschein erhältlich.
Zielgruppe	Erwachsene und Kinder
Durchführung	Individuelle Beratung
Voraussetzung	Es liegen keine Gewichtsprobleme (Adipositas oder Untergewicht) oder andere ernährungsmittelbedingte Erkrankungen vor.
Teilnehmerzahl	Einzelberatung

*Dieses Angebot wurde unter www.eb-gs.de/display-angebot/455 gefunden.
Erstellt am 18.1.2026*