

# Ernährungs-Coaching

Erfolgreich abnehmen, gesund leben



Salina Medizin AG

Roberstenstrasse 31, CH-4310 Rheinfelden, T +41 61 836 67 30

fachaerzte@parkresort.ch, [www.salina-reha.ch](http://www.salina-reha.ch)



# Unser Behandlungsangebot

Haben Sie ein paar Kilos zu viel, die Sie loswerden möchten? Haben Sie ständige Diäten satt? Interessiert Sie eine ausgewogene, gesunde Ernährung? Gemeinsam mit unserem Ernährungs- und Motivationsprofi werden Ihre Ziele klarer, Ihr Wille stärker und Ihr Wohlfühlgewicht greifbarer.

Wir analysieren gemeinsam Ihre Essgewohnheiten und Ihren Lebensstil, arbeiten daran, unvorteilhafte Denkmuster und Gewohnheiten (z.B. welche Lebensmittel kommen in meinen Einkaufskorb) zu verändern und erarbeiten typgerechte Bewegungsempfehlungen. Wir prüfen, was zu Ihrer Motivationssteigerung beiträgt, besprechen Ihre individuellen Fragen und erstellen ein lösungsorientiertes Zielprofil.



**Tamara Sick**

BSc BFH Ernährungsberaterin SVDE

## Kosten / Dauer

Abo mit 3 Sitzungen à 45 Minuten CHF 300.–  
(inkl. Einkaufscoaching in der Migros auf Wunsch)

## Terminvereinbarung

Sekretariat Salina Fachärztheaus

Montag–Freitag 7.45–12.00 Uhr und 14.00–17.00 Uhr

 [www.salina-reha.ch/termin](http://www.salina-reha.ch/termin)

 Tel. +41 61 836 67 30

## Weitere Infos

[www.salina-reha.ch/fachaerztehaus](http://www.salina-reha.ch/fachaerztehaus)

