

PERSOONLIJK MEET- & MAATWERK-PAKKET

GOED GEVOED = GOED GEVOEL Eten doe je iedere dag om zo goed mogelijk te functioneren. Voeding is daarbij je brandstof en geeft je energie, levenslust, weerstand en concentratie.

Maar wat nu als jij met regelmaat moe bent, niet lekker in je vel zit en/of een gebrek hebt aan energie ?

Geen dure poeders en pillen maar echt voedsel wat bij JOU past!

We leggen jouw eetpatroon onder de loep en zo ontstaat 'een op-maat-plan' wat fantastisch en doorgaans levenslang werkt als je kampt met buikpijn, gevoelige darmen, vermoeidheid en/of een opgeblazen gevoel. Daarbij ondersteun ik je heel praktisch, zodat je direct thuis aan de slag kunt.

METEN = WETEN: PERSOONLIJKE HEALTH-CHECK

- Bloeddruk, spiermassa, vochtgehalte, viscerale vetwaarde, metabole leeftijd (welke leeftijd geeft je lijf aan) e.a.

MEET- en MAATWERK-PAKKET € 145,00 incl.btw

*Bij aanvullende verzekering krijg je gedeeltelijke vergoeding! Informeer bij je zorgverzekeraar naar de voorwaarden (alternatieve geneeswijzen/natuurgeneeswijzen).

- 1 Informatief intakegesprek van plm. 1,5 uur
- Persoonlijke Health-check: **meten=weten**
- Je voedingsdagboek onder de loep
- + een aanpassing hierop met een persoonlijk-op-maat plan afgestemd op jouw smaak/behoefte
- 1 Maand lang persoonlijke ondersteuning met al je voedingsvragen, recepten,tips & tops

