



pd- Nun läuft bereits unser zweites Jahr, und die Erfolge unserer Klienten sind deutlich sichtbar. Das Geheimnis unseres Erfolgs ist die effektive Begleitung unserer Klienten mit der eine Umsetzung des Ernährungsplans einfach effizienter gelingt, mehr Spass macht und so zu mehr Erfolg führt. Gerne laden wir Sie ein, an dieser Erfolgsgeschichte teilzuhaben!

#### Meine Praxis – Mein Credo

Mit meiner Praxistätigkeit unterstütze ich Menschen jeden Alters, wieder in Balance zu kommen und sich so richtig wohl zu fühlen. Meine über 20-jährige Berufserfahrung als Medizinische Praxisassistentin, medizinisch geprüfte Ernährungsberaterin und lizenzierte metabolic balance®-Beraterin gibt Ihnen die Sicherheit, gut aufgehoben zu sein. Meine Mitarbeiterin Manuela Hofstetter und ich begleiten und beraten Sie kompetent während Ihrer Ernährungsumstellung. Ausserdem arbeiten wir eng mit Hausärzten zusammen. Die notwendigen Blutabnahmen können wir direkt in unserer Praxis vornehmen. Unsere Gesundheits-Praxis befindet sich in den Räumen der bekannten Hausarztpraxis Dr. med. Zollinger in Au.

#### metabolic balance® – alles Gute für Ihren Stoffwechsel!

So lautet unsere erfolgreiche Formel für Ihr Idealgewicht, die die innere Chemie des Körpers durch die richtige Ernährung dauerhaft wieder in Einklang bringen kann. Und das Beste: Es geht ohne Fasten und Hungern. Damit unsere Nahrungsmittel richtig durch unseren Stoffwechsel verarbeitet werden können, ist unser Körper auf die richtigen Hormo-

## metabolic balance

### ganzheitliches Stoffwechselprogramm

ne und Enzyme angewiesen. Denn ohne diese richtigen Grundbaustoffe funktionieren die Körperdrüsen und das sensible Zusammenspiel von Hormonen und Enzymen nicht optimal: Übergewicht und die damit in Zusammenhang stehenden Erkrankungen sind die möglichen Folgen. Mit Patentrezepten kommt man da nicht weit und der Jojo-Effekt schlägt schnell zurück. Wir erstellen daher für jeden Teilnehmer seinen individuellen Ernährungsplan. Dieser ist für jeden Teilnehmer einzigartig, denn er basiert auf seinen persönlichen Angaben und den individuellen Blutwerten, die bei jedem Menschen unterschiedlich sind. Auf Grund dieser Angaben werden genau die richtigen Nahrungsmittel

ausgesucht. Der Ernährungsplan liefert also jedem genau die notwendigen Stoffe, unter Berücksichtigung seiner persönlichen Vorlieben. Begleitet wird der Teilnehmer von uns, Ihren speziell dafür ausgebildeten Betreuerinnen, dessen Aufgabe es ist, Sie bei den neuen Ernährungsregeln sachlich und persönlich zu unterstützen.

#### Gesundheits-Praxis

Nicole Schmeer

med. gepr. Ernährungsberaterin

Sonnenstrasse 13

9434 Au SG

Telefon +41 76 322 50 60 oder

+41 78 944 86 48

info@einfach-individuell.ch

www.einfach-individuell.ch



Bild: z.V.g.

Nicole Schmeer (rechts) und ihre Mitarbeiterin Manuela Hofstetter.