

BESSER LEBEN



HUYNH
ERNÄHRUNGSBERATUNG

**GESUND GENIESSEN
BESSER LEBEN**

Meine Angebote für Sie

- individuelle Ernährungsberatung/-therapie
- Einkaufstraining und Kühlschrankcheck
- Gruppenschulung: „Ich nehme ab“
- Gruppenschulung für Diabetes und Bluthochdruck
- Aktions-, Gesundheitstage und Workshops in Apotheken, Arztpraxen, Institutionen, Vereinen, Selbsthilfegruppen Fitnessstudios und Bildungseinrichtungen
- Gesundheit im Unternehmen, z.B. bei der Einführung einer betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF)

Zu meiner Person

Als Dipl. Oecotrophologin und zertifizierte Ernährungsberaterin (DGE)* führe ich sowohl Präventiv- als auch Therapiemaßnahmen, unter Berücksichtigung Ihrer individuellen Bedürfnisse und Wünsche, durch. Darüber hinaus nehme ich regelmäßig an wissenschaftlichen und medizinischen Fortbildungen teil, um meine Klienten auf Grundlage der aktuellsten Erkenntnisse zu beraten und Ihnen ein hohes Maß an Qualität zu bieten.

Aktives Mitglied in den Fachverbänden:

- Deutscher Allergie- und Asthmabund (DAAB)
- Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE)*
- Deutsche Gesellschaft zur Bekämpfung von Fettstoffwechselstörungen (DGFF)
- GRVS (Gesellschaft für Rehabilitation bei Verdauungs- und Stoffwechselkrankheiten)
- Verband für Ernährung und Diätetik (VFED)

Qualifizierte und individuelle
**Ernährungsberatung/
Ernährungstherapie**
für Sie und Ihre Familie



Frau Tran Huynh
Dipl.-Oecotrophologin
Selbstständige
Ernährungsberaterin/DGE

Huynh Ernährungsberatung

Käthe-Schaub-Weg 27
44388 Dortmund

Telefon: 0231 69 00 279
Telefax: 0231 69 00 539

Mobil: 0171 - 91 66 353
info@huynh-ernaehrung.de

huynh-ernaehrung.de

Kooperationspartner:
Richtig Essen Institut, Rosenheim
Krankenkassen
Ärzte, Apotheken
Bewegungszentren
huynh-ernaehrung.de

GESUND GENIESSEN



Allgemeine Ernährungsberatung

(ohne ärztliche Verordnung gemäß §20 SGB V)

Für Lebensfreude und Leistungsfähigkeit ist nichts wichtiger als die richtige Ernährung. Informationen über Ernährung aus Medien und Werbung sind oft widersprüchlich und irreführend. Häufig fehlt es an kontinuierliche Unterstützung im Alltag, denn nur so lassen sich liebgewonnene aber ungünstige Gewohnheiten verändern und ein neues, aktives Lebensgefühl kann sich entwickeln.

Genau hier möchte ich Sie unterstützen, Ihren persönlichen Weg zu einer optimalen Ernährung zu finden und eine nachhaltige Veränderung zu erreichen, z.B. wenn Sie

- aus beruflichem Grund wenig Zeit zum Kochen haben oder viel unterwegs essen müssen
- mehr Vitalität, Ausgeglichenheit und dadurch mehr Lebensqualität für Sie und Ihre Familie erreichen möchten
- Fehl- und Mangelernährung vorbeugen
- Fragen zu verschiedenen Themen (Essen und Trinken in bestimmten Lebensphase, im Kindesalter, in der Schwangerschaft und Stillzeit und im Seniorenalter) haben.

Ernährungstherapie

(bedarf ärztlicher Verordnung gemäß §43 SGB V)

Viele Krankheiten lassen sich durch eine maßgeschneiderte abgestimmte Ernährung positiv beeinflussen oder vermeiden, z.B. folgende Erkrankungen:

- Bluthochdruck, Diabetes mellitus Typ II
 - Darmkrankungen, Reizdarm, Reizmagen
 - Ernährung vor/ nach bariatrischer Operation
 - Fettstoffwechselstörungen, Arteriosklerose
 - Ernährung bei Tumorerkrankungen
 - Nahrungsmittelallergien
 - Nahrungsmittelunverträglichkeiten (z.B.: Histamin-, Fruktose-, Laktose und Sorbit-Intoleranz)
 - Osteoporose und Rheuma
 - Reflux-Ösophagitis (Sodbrennen)
 - Übergewicht/Untergewicht
 - Zöliakie
- Damit soll die Behandlung unterstützt und Medikamente oftmals reduziert werden. Meistens verbessern sich gleichzeitig die Laborwerte, sodass eine Besserung oder Heilung langfristig sichergestellt wird.

Ihr Weg zur Ernährungstherapie

(Erstattung durch die Krankenkassen)

Aufgrund meines Studiums und meiner Zusatzqualifikation verfüge ich über die von den Krankenkassen geforderte Anbieterqualifikation. Daher erstatten die gesetzlichen Krankenkassen bis zu 80 % der Kosten und mehr. Zusätzlich bieten viele Kassen ein attraktives Bonusprogramm an. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse über die Höhe des möglichen Zuschusses.

Ganz gleich, ob Sie eine Ernährungsberatung, die Begleitung im Alltag oder eine Ernährungstherapie brauchen, meine Unterstützung ist praxisnah und zielt auf nachhaltige Erfolge.

Selbstverständlich erarbeite ich für Sie individuelle Ernährungspläne, auch für hier nicht aufgeführte Angebote.

Gewinnen und genießen Sie neue Lebensqualität und neues Lebensgefühl!