Julia Jellinek
Ernährung & Sport

Kostenvoranschlag für eine ernährungstherapeutische Beratung nach §43 SGB V (mit Ärztlicher Notwendigkeitsbescheinigung)

Art der Leistung	Zeit-bedarf	Kosten/ Einheit	Gesamt
Erstberatung • Intensivanamnese • Sichtung ärztlicher Diagnosen/Laborparameter • Anleitung zur Führung eines Ernährungs- und Bewegungstagebuchs bzw. Symptomprotokolls • Problemanalyse • Festsetzung der Beratungsziele • Motivation zu einem gesunden Ernährungs- und Bewegungsverhalten	60 Min.	90,- €	90,- €
Folgeberatungen 4 Einheiten à 45 Min. • Sichtung und Besprechung des Ernährungs- und Bewegungstagebuchs bzw. Symptomprotokolls • Individuelle therapeutische Beratung • Anleitung zur Ernährungsumstellung unter Berücksichtigung der individuellen Bedürfnisse und der gesundheitlichen Notwendigkeiten • Beratung zum Ess- und Trinkverhalten • Mahlzeitenrhythmus • Mahlzeitenzusammenstellung • Beratung zur Lebensmittelauswahl • Grundlagen der Ernährungsphysiologie • Grundregeln für intelligentes Einkaufen • Sichtung weiterer Ernährungs-/Symptomprotokolle auf Basis der Ernährungsumstellung • Anleitung zur Verbesserung des Bewegungsverhaltens im Alltag • Stressmanagement • Achtsamkeitstraining • Stärkung von Motivation und Eigenkompetenz • Stabilisierung des Gewichts/neuer Gewohnheiten • Langfristige Veränderung zu einem gesünderen Lebensstil • Betreuung bei aufkommenden Herausforderungen	180 Min.	70,- €	280,- €
Gesamtsumme			**370,- €***

*Ernährungstherapeutische Leistungen sind laut §4 Nr. 14a UstG umsatzsteuerfrei.

Julia Jellinek – Ernährung & Sport
Steuer-ID: 41/077/80942
Hauptstr. 111
67126 Hochdorf-Assenheim

www.ernaehrung-sport.info
(+49) 0175-7142356
juliajellinek@ernaehrung-sport.info

BANK: N26
Kontoinhaber: Julia Jellinek
DE34 1001 1001 2907 7750 89
NTSBDEB1XXX