



## BERATUNG & THERAPIE

---

### Einzelgespräche in der Ernährungsberatung

Die Einzelberatung nach § 20 SGB V beinhaltet und umfasst ausschließlich Präventionsmaßnahmen. Diese Maßnahmen biete ich bei allen **nicht erkrankungsrelevanten ernährungsbezogenen Themen** an. Eine Einzelberatung **kann nach § 20 SGB V von Krankenkassen bezuschusst werden**. Dazu zählen Beratungen zum Thema Grundlagen einer gesunden Ernährung bei Erwachsenen, Schwangeren und Stillenden, Kleinkindern und Kindern, sowie Beratungen bei leichtem, nicht krankhaftem Übergewicht.

### Einzelgespräche in der Ernährungstherapie

Die therapeutische Einzelberatung nach § 43 SGB V erfolgt durch eine vom Arzt angeordnete und ausgestellte **ärztliche Notwendigkeitsbescheinigung**. In der Ernährungstherapie steht eine Behandlung einer Erkrankung im Vordergrund. Diese Einzelberatungen **können von Krankenkassen mit bis zu 5 Einheiten bezuschusst werden**.

## PREISE UND LEISTUNGEN

---

### Einzelgespräche

- individuelle und persönliche Betreuung
- Berücksichtigung individueller Vorlieben, Abneigungen, Unverträglichkeiten und Allergien
- gezielte Analyse und Auswertung des Ernährungsverhaltens
- Vermittlung von grundlegenden und spezifischen Kenntnissen
- Unterstützung bei der Umsetzung der Empfehlungen in die Praxis

#### Einzelgespräch in der Ernährungsberatung:

- Erstgespräch (ca. 60 - 80 Min) 65 EURO
- Folgegespräche (ca. 45 - 60 Min) 45 EURO

#### Einzelgespräch in der Ernährungstherapie:

- Erstgespräch (ca. 60 - 80 Min) 75 EURO
- Folgegespräche (ca. 45 - 60 Min) 55 EURO



## PREISE UND LEISTUNGEN

---

### Onlineberatung und -therapie per Skype

- zeit- und ortsunabhängige Beratung/Therapie
- kostengünstigere Beratung
- siehe auch Einzelgespräche

#### Online - Ernährungsberatung:

- 50 EURO / Stunde

#### Online - Ernährungstherapie:

- 60 EURO / Stunde

### E-Mail und Telefon-Betreuung

- individuelle Hilfestellungen bei der Umsetzung der Empfehlungen in die Praxis
- Förderung der Motivation
- Hilfestellung bei Rückschlägen und Frust
- Anpassung der gemeinsam erarbeiteten Empfehlungen

#### E-Mail-Betreuung:

- 6 EUR / E-Mail

#### Telefonische Betreuung:

- 4 EUR / 15 Minuten



## PREISE UND LEISTUNGEN

---

### Ernährungsanalysen ohne elektronische Auswertung

- Überblick über häufig und selten konsumierte Nahrungsmittel und Nahrungsmittelgruppen
- Aufschluss über Mahlzeitenmanagement
- Aufschluss über individuelles Snacking Verhalten
- Aufschluss über die Häufigkeit des Außer-Haus-Verzehrs, der Kochkompetenz oder auch des Fertignahrungsmittel-Konsums
- Analyse und Auswertung des Symptomprotokolls: Aufschluss über mögliche Unverträglichkeiten/ Erkrankungen des Verdauungstrakts

#### Ernährungsprotokoll für 5 Tage

- 55 EURO

#### Ernährungsprotokoll für 7 Tage

- 65 EURO

### Ernährungsanalysen mit elektronischer Auswertung

- Versorgungszustände mit Energie, Wasser, Makro- und Mikronährstoffen
- Berechnung des BMI, des Grund- und Leistungsumsatzes
- Analyse und Bewertung des Bewegungsverhaltens

#### Ernährungsprotokoll für 5 Tage

- 85 EURO

#### Ernährungsprotokoll für 7 Tage

- 95 EURO



## PREISE UND LEISTUNGEN

---

### Einkaufs-Check / Einkaufstraining

- umfassende Informationen zu Lebensmittelverpackungen
- Interpretationshilfe von Etiketten
- Vergleich ähnlicher Produktangebote hinsichtlich der Nährwerte (Fett, Zucker, Salz, Energie, Eiweiß, Ballaststoffe)
- Informationen bezüglich Frischwaren, Tiefkühlkost, Fertigmkost etc.
- Informationen zu Inhaltsstoffen
- individuelle Hilfestellung in der Bewertung von Zusatzstoffen und Aromen
- Hilfestellung beim Finden von Alternativen

### Angebot als Einzelleistung

- 50 EURO / Stunde

### Angebot als Einzelmodul

- 30 EURO / 30 Min Anamnesegespräch
- 45 EURO / Stunde Einkaufstraining
- 30 EURO / 30 Min Abschlussgespräch

### Gruppenberatung / Gruppentherapie

- Vermittlung grundlegender Kenntnisse zur Ernährung, zu Nahrungsmitteln, Nährstoffen und/oder Erkrankungen in Abhängigkeit des gewählten Schwerpunktes
- gemeinsame Erörterung typischer Muster bzw. Gewohnheiten bezüglich des Ess- und Einkaufsverhaltens
- gemeinsamer Erfahrungsaustausch
- Einbringen verschiedener Perspektiven, Einstellungen und Motivationsmuster
- gegenseitige Motivation der Teilnehmer
- gemeinsames Erarbeiten von Lösungsstrategien

Auf Anfrage!