

Gaby Stampfli
Ernährungsberaterin BoE



Spezialangebot für Netzwerkpartner und-mitglieder von santé&entreprise

Gratis der spezielle Zvieri-Korb zum Thema «Essen wirkt!»

Die optimale Zwischenverpflegung für Sie und Ihre Mitarbeitenden

Gerne bringe ich Ihnen gratis einen Zvieri-Korb vorbei.

Inbegriffen

- Ein Körbchen/Teller mit Zvieri-Lebensmittel
- Schriftliche Erklärung mit der Wirkung der enthaltenen Lebensmittel
- Schriftliche Vorschläge für sinnvolle Zvieri
- 30 Minuten persönliche Erklärung zur Wirkung der Lebensmittel und meinen Angeboten

Essen wirkt!

Fit im Berufsalltag dank Bedarfsorientierter Ernährung

Sie wissen sicher; Gemüse, Früchte und Salate sind gesund. Wissen Sie aber auch, wie die Nahrungsmittel auf Sie wirken? Und dass sie je nach Tageszeit dem Körper Energie zufügen oder Ressourcen rauben können?

Passen Sie Ihre Ernährung und die Ihrer Mitarbeitenden so an, dass Sie gesund und fit durch den Berufsalltag kommen. Welche Lebensmittel können Sie essen, damit Sie konzentrierter sind und genügend Energie für Ihren Alltag haben? Essen Sie so, dass Sie die Regeneration und Erholung des Körpers fördern, um am nächsten Tag wieder fit zu sein. Finden Sie konkrete Antworten auf die Frage: Welche Ernährungsweise beugt Burnout, Müdigkeit und Erschöpfung vor?

Anhand einiger Zvieri-Vorschläge erfahren Sie direkt, wie Sie sich und Ihre Mitarbeitenden am Nachmittag mit entsprechenden Lebensmitteln unterstützen können, damit Sie leistungsfähig bis zum Feierabend bleiben und wie Sie sich bei Müdigkeit sinnvoll unterstützen können.

Habe ich Sie «glücklich» gemacht und Sie möchten von meinem Angebot profitieren? Dann rufen Sie mich an oder mailen Sie mir und reservieren Sie einen Termin.

Ich freue mich auf unser Gespräch!

Gaby Stampfli