

## *Ernährungsberatung*

Sich bewusst und vor allem dauerhaft gesund zu ernähren, wird in der heutigen Zeit immer schwieriger und gleichzeitig aber auch immer wichtiger. Denn der immer hektischer werdende Alltag drückt uns oft in die falsche Richtung. Um dann wieder auf den richtigen Pfad zu kommen, braucht es einen unabhängigen, ehrlichen Blick auf einen selbst.

### *1.Schritt*

*Vorbereitungsgespräch*

*Dauer ca. 1...1,5 Stunden*

### *2.Schritt*

*Auswertungsgespräch*

*Dauer ca. 1,5...2 Stunden*

## *Allgemeine Gesundheitsberatung*

*Ganz nach Deinem individuellen Bedarf*

*Dauer ca. 45 Minuten*

*Ich freue mich auf Dich.*

*„Mitten in den wirbelnden, verwirrenden und unkonzentrierten Energien unserer modernen Zeit gibt es ein Licht, eine Ruhequelle, eine heilende Mitte in allen Dingen.“*

*Yogi Bhajan*



*Mareen Schmekel - Karan Prem Kaur*

*Tel.: 0172 / 24 73 943 • E-Mail: einklang-mv@web.de*