

DER MENSCH IST, WAS ER ISST UND DAS, WAS ER ISST KANN IHN AUCH KRANKMACHEN.



Gesunde Ernährung macht das Leben leichter. So beugen sie vielen Krankheiten vor: Weniger Gewicht bedeutet auch ein geringeres Risiko von Bluthochdruck, Diabetes, Herz-Kreislauf- und Gelenk-Erkrankungen. Und das Beste:

Es ist eigentlich ganz einfach! Und Sie sind nicht alleine. Denn wir begleiten Sie Schritt für Schritt auf Ihrem persönlichen Weg zum Erfolg.

LEICHTER LEBEN IN DEUTSCHLAND / DAS ABNEHMKONZEPT AUS IHRER APOTHEKE

Bei uns steht Ihre Gesundheit im Vordergrund – denn das ist der wichtigste Grund abzunehmen. Und ganz nebenbei werden Sie auch aktiver, leistungsfähiger und fühlen sich deutlich wohler.



DER ERSTE SCHRITT

Sie melden sich bei uns an und unsere Beraterinnen Frau Krajczyk, Frau Severin und Frau Dütter finden mit Ihnen zusammen, Ihr persönliches, individuelles Ernährungsprogramm.

Sprechen Sie uns gerne an. Wir freuen uns darauf, gemeinsam mit Ihnen Ihr Leben leichter zu machen!



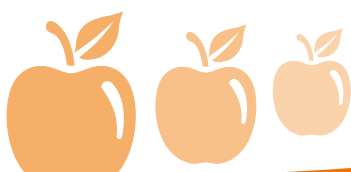
Frau Dütter



Frau Severin



Frau Krajczyk



**Das starke
Team für
Herten**

Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden stehen bei uns immer im Vordergrund.

Auf einen *Blick*

14 TAGE „SCHNELLPROGRAMM“

Für alle, die schnell ein paar Kilos abspecken wollen. Sie erhalten eine **Startberatung** mit Messung und Erfolgskontrolle, ein **Heft** mit leckeren Rezepten und **eine Dose „Zünder“** als Startbooster.

34 €



EINZELBERATUNG

In Einzelberatung erklären wir Ihnen die Grundlagen, den Ablauf und die individuelle Umsetzung im Alltag. Das Programm lässt sich flexibel auf Ihre Bedürfnisse anpassen.

80 € (1 Beratungsstunde, jede weitere Std. 45 €)

HAPPY ABNEHMEN / ONLINE-COACHING



Abnehmen wie es Ihnen passt! Das bequeme Online-Coaching mit Ihrem persönlichen Ernährungsprogramm für 60 Tage (funktioniert mit allen Endgeräten wie Handy, Tablet, Notebook oder PC).

68 €

PLAN 31

Ihr ganz persönlicher Genussplan für **31 Tage**. Über **90 Rezepte** berücksichtigen Ihren Kalorienbedarf, Ihren Abnehmwunsch, Ihre Vorlieben und Abneigungen, aber auch Allergien und Stoffwechselstörungen.

54 €

GEN-DIÄT / META-CHECK®

Jeder Mensch verwertet Lebensmittel anders. Alle haben ihren individuellen genetischen Bauplan! Mit dem LLID-Meta-Check® finden wir heraus, welcher Stoffwechselltyp Sie sind. Dazu benötigen wir von Ihnen einen einfachen, schmerzlosen **Wangenabstrich**, den wir vor Ort in der Apotheke in **2 Minuten** durchführen.



Ihr Ergebnis erhalten Sie dann nach ca. 3–5 Wochen von einem zertifizierten Labor inkl. **Genussplan** und genauer Auswertung. Sie erfahren, wie Ihr **Stoffwechsel** auf Kohlenhydrate, Fette und Eiweiß reagiert und Sie Ihre Speisen optimal zusammensetzen. Auf Basis der Ergebnisse führen wir dann unsere weitere Betreuung durch.

335 € www.llid-metacheck.de

KÖRPERFETTANALYSE

Mit Kurzauswertung Körperfett, Gewicht, Muskelanteil, BMI 4 Analysen

15 €

Das starke Team für Herten

Antonius Apotheke

Ingo Müller e.k.

Ewaldstraße 7 • 45699 Herten • Tel. 02366 35917
Mo.–Fr. 08:00–18:30 Uhr • Sa. 08:30–13:30 Uhr